

Министерство образования и науки Российской Федерации  
федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«Уральский государственный педагогический университет»  
Институт психологии  
Кафедра общей психологии

**ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ ЛИЧНОСТИ В ПЕРИОД  
ПОЗДНЕЙ ЗРЕЛОСТИ**

**Направление «030300.68-Психология»**

магистерская диссертация

Квалификационная работа  
допущена к защите  
Зав.кафедрой общей психологии  
доктор психологических наук,  
профессор  
Минюрова Светлана Алигарьевна  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2017г.

Исполнитель  
Шаманаева Татьяна Романовна,  
Магистрант 3 курса  
Магистерская программа:  
«Детская и возрастная  
психология»  
\_\_\_\_\_

Руководитель ОПОП  
доктор психологических наук,  
профессор  
Минюрова Светлана Алигарьевна  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2017г.

Научный руководитель  
Маратканова Елена Викторовна,  
кандидат педагогических наук,  
доцент кафедры общей психологии  
\_\_\_\_\_

Екатеринбург 2017

## ОГЛАВЛЕНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	3
<b>ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЛИЧНОСТИ В ПЕРИОД ПОЗДНЕЙ ЗРЕЛОСТИ</b> .....	7
1.1 Основные подходы к определению психологического благополучия личности в современной психологии.....	7
1.2 Подходы к изучению особенностей психологического благополучия личности в период поздней зрелости в отечественной и зарубежной психологии.....	16
1.3 Возрастные особенности психологического развития личности в поздней зрелости.....	25
1.4 Выводы по первой главе.....	31
<b>ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ В ПЕРИОД ПОЗДНЕЙ ЗРЕЛОСТИ</b> .....	33
2.1 Организация эмпирического исследования.....	33
2.2 Методы и методики эмпирического исследования.....	37
2.3 Анализ результатов эмпирического исследования.....	49
2.4 Выводы по второй главе.....	86
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b> .....	96
<b>СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ</b> .....	100
<b>ПРИЛОЖЕНИЯ</b> .....	106
ПРИЛОЖЕНИЕ А Опросник «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф (адаптация Шевеленковой Т.Д., Фесенко П.П.....	106
ПРИЛОЖЕНИЕ Б Методика «Шкала субъективного благополучия автор А. Перуэ-Баду (адаптация М.В. Соколовой) .	113
ПРИЛОЖЕНИЕ В Методика «Шкала удовлетворенности жизнью» (SWLS) автор Э.Динер.....	118
ПРИЛОЖЕНИЕ Г Симптомокомплексы теста ДДЧ .....	121

## ВВЕДЕНИЕ

Общепризнанно, что для сильного развитого государства, очень важно наличие высокого уровня социального благополучия человека, верховенства общечеловеческих ценностей. Понятие благополучие определяется как состояние человека обеспечивающего индивиду способность жить полноценной для человека жизнью. Вообще, на уровень благополучия в субъективном смысле влияет ряд факторов: социально-бытовые условия, наличие семьи, удовлетворенность финансовым благополучием, близость медицинских и бытовых учреждений, от свободного время препровождения, способностью и возможностью устанавливать и поддерживать хорошие отношения с другими людьми, а также способности переводить свои ресурсы в позитивные эмоции и важные для себя отношения.

**Актуальность выбранной темы исследования работы** обуславливается тем, что в настоящее время наблюдается тенденция старения населения, которая затрагивает практически все страны мира. Если в 2012 году доля пенсионеров в населении мира составляла 20%, то согласно прогнозам в 2050 году оно возрастет до 22%. Эта проблем актуальна и для России. По состоянию на 2016 год, в России наблюдается продолжение роста количества лиц пенсионного возраста. Сегодня в нашей стране официально проживает 42 729 000 пенсионеров. С учетом того, что общая численность населения в РФ составляет 141 927 000 жителей, получается достаточно внушительная цифра в процентном соотношении. Фактически 30% населения женщин и мужчин России пенсионного возраста [43]. В связи с этим появляется необходимость исследовать и учитывать особенности данного возраста с целью адаптации и улучшения психологического благополучия личности в период поздней зрелости.

**Научная проблема и степень ее разработанности.** Тема психологического благополучия личности в период поздней зрелости получила развитие в последнее время. При этом практически не обсуждалась проблема возможных ресурсов адаптации, не рассматриваются проблемы психологического благополучия

пожилых людей.

**Объект исследования** – феномен психологического благополучия.

**Предмет исследования** – психологическое благополучие личности в период поздней зрелости.

**Цель и задачи исследования.** Выявить особенности психологического благополучия личности в период поздней зрелости. Провести анализ отечественной и зарубежной литературы на тему психологического благополучия личности. Изучить методики по теме психологическое благополучие. Провести эмпирическое исследование психологического благополучия личности в поздней зрелости, проживающих дома и в учреждении социального обслуживания населения.

**Гипотеза исследования.** Есть особенности психологического благополучия в поздней зрелости у лиц, проживающих в учреждении социального обслуживания населения и дома.

**Теоретико-методологической основой исследования** являются труды Кэрол Рифф- автор теории психологического благополучия создатель одной из самых известных шкал оценки благополучия; Куликова Леонида Васильевича- разработчика методик диагностики состояния, настроения, личностных свойств.; Эдварда Деси, Р. Райана - основателей теории автономии и самодетерминации в психологии, Мартина Селигман - основоположника позитивной психологии; Эрика Хомбургер Эриксона основоположника теории личностного развития, а также как автор термина кризис идентичности и др.

**Методы исследования.**

Для решения поставленных задач в работе были использованы теоретические, эмпирические методы, а также методы количественной обработки данных:

-Теоретические методы: метод опроса (анкетирование), метод психологического тестирования), систематизация психологических сведений по теме исследования).

- Эмпирические методы: методика «Шкала психологического благополучия» **К.Рифф** (адаптация Шевеленковой Т.Д. П.П. Фесенко)[50]. «Шкала субъективного благополучия» автор французский психолог **А. Перуэ-Баду**). (Русскоязычная адаптация методики выполнена М. В. Соколовой) [51]. Методика «Шкала удовлетворенности жизнью» (SWLS) автор **Э.Динер** [11]. Проективная методика «Дом-человек-дерево» автор Дж. Бак [2]. Результаты обрабатывались с помощью ПО «Excel», «Statistica 6.0», «Biostat 2009».

**Научная новизна работы** заключается в том, что в работе были выделены показатели и проанализированы полученные данные психологического благополучия людей на этапе поздней зрелости, проживающих в социальном учреждении и людей проживающих дома.

**Базой для исследования** явилась выборка, сформированная из одиноких людей возраста 65-92 года, проживающих в учреждении социального обслуживания ГАУ «КЦСОН «Изумруд» города Кировграда» (далее- учреждение) и одиноких людей, того же возраста, проживающих в своих домах. Всего эмпирическим исследованием было охвачено 60 человек периода поздней зрелости, по 30 человек в каждой группе. Исследовались и сравнивались факторы психологического благополучия: «Позитивные отношения», «автономия», «управление средой», «личностный рост», «самопринятие», «изменения настроения», «степень удовлетворенности повседневной деятельностью», «значимость социального окружения», «самооценка здоровья», «напряженность и чувствительность», «удовлетворенностью жизнью».

### **Положения, выносимые на защиту:**

1. Есть особенности психологического благополучия в период поздней зрелости у лиц, проживающих в учреждении социального обслуживания населения и дома.

2. Показатели психологического благополучия: «позитивные отношения», «автономия», «управление средой», «личностный рост», «самопринятие», «изменения настроения», «степень удовлетворенности повседневной деятельностью», «значимость социального окружения», «самооценка здоровья», «напряженность и чувствительность», «удовлетворенностью жизнью» выше у лиц, проживающих в учреждении социального обслуживания населения.

**Практическая значимость исследования** состоит в том, что данная работа может быть рекомендована в осуществлении практической деятельности в учреждениях социального обслуживания населения. На основе анализа факторов влияющих на психологическое благополучие личности в период поздней зрелости результаты исследования могут быть пригодными для работы специалистам по социальной работе, медицинскому персоналу, руководителям учреждения по улучшению психологического благополучия и активного долголетия у проживающих.

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ ЛИЧНОСТИ В ПЕРИОД ПОЗДНЕЙ ЗРЕЛОСТИ

## 1.1 Основные подходы к определению психологического благополучия личности в современной психологии

Понятие психологического благополучия, именно как объекта научного исследования, получило во второй половине 20 века. Еще больший интерес к изучению произошел после появления такого подхода как «позитивная психология». Это такое направление, которое смещает спектр изучения личности и явлений не в сторону каких либо отклонений психологических и заболеваний психики, а на ресурсы, потенциал личности, а также на позитивное функционирование и деятельность личности в жизнедеятельности. По мнению **И. Бонивелл** - лидера в формировании позитивной психологии, интерес к данному направлению возник потому, что страны мира уже достигли уровня благосостояния при котором не выживание и экономика страны, а качество жизни человека становится задачей номер один. Человек стремится к самосовершенствованию, старается делать личное счастье главным и важным аспектом его жизни. В основу такого подхода положено, то, что человека совсем недостаточно освободить от каких либо неприятных симптомов или иных моментов, чтобы тот почувствовал себя счастливым и благополучным психически, необходимо отдельно изучать закономерности, жизнь и деятельность благополучия.

На фоне этого, появилось много различных понятий, которые идентичны понятию психологическое благополучие. И в сегодняшнем многообразном, суетливом мире, человечество, стремиться, каким-то образом сохранить свой, если не внешний (который мало зависит от его влияния) мир, а внутренний, субъективный. Если можно так сказать найти свой мир, в этом мире, остаться здоровой личностью в широком понимании этого словосочетания. В настоящее время проблема формирования здоровой личности приобрела особую актуальность. Для системной оценки здоровья личности можно применить следующие понятия:

«психическое здоровье», «норма», «нормальная личность», «позитивный стиль жизни», «качество жизни», «активное долголетие», «счастье», «самоактуализированная личность», «благополучие» [3]. Многие исследователи считают, что наиболее полно можно охватить все вышесказанное одним термином - «психологическое благополучие» или «субъективное благополучие». Однако и здесь не так все просто. Одни исследователи рассматривают субъективное благополучие как составляющую психологического благополучия, другая - как часть субъективного. Но все-таки чаще всего эти понятия рассматриваются как взаимодополняющиеся, либо идентичные.

Вообще понятие «субъективное благополучие» предложил **Э.Динер**. В него он вложил составляющие, такие как удовлетворение, приятие и неприятные эмоции. По мнению Динера, большинство людей производят оценку с точки зрения «хорошо», «плохо». Такие оценки всегда эмоционально окрашены. Высокий уровень субъективного благополучия – то ощущения радости и любви и низкий - неудовлетворенность жизнью, где позитивные чувства замещаются отрицательными эмоциями [11].

Например, во Всемирной Организации здравоохранения» специалисты воспользовались термином «благополучие», чтобы описать понятие здоровье. Здоровье они описали как не только отсутствие болезней или каких-то физических отклонений, а как состояние полного физического, умственного и социального благополучия. Кроме того, они отметили, что оно в большей степени зависит от самооценки и чувства социальной принадлежности и нужности, нежели биологическими функциями и связано с реализацией в жизни духовных, физических и социальных потребностей [6].

Термин психологическое благополучие личности очень объемное и сложное понятие, которое включает в себя множество составляющих. Это взаимодействие положительного и негативного аффекта, это стремление к саморазвитию. В связи с его многоаспектностью его очень сложно отграничить от понятия «счастья». В понимании этих терминов каждый автор вкладывал свой особый смысл, однако практически все сходились во мнении, что психологическое благополучие это



переживание, ощущение счастья, удовлетворения жизнью (гедонистический подход) или личного уровня достижений, самоактуализации, эффективности степень успешности, самореализации (эвдемонический подход). Субъективное благополучие можно толковать шире [41].

Так например, **Куликов Леонид Васильевич** - российский психолог, специалист в области психологии личности, доктор психологических наук, профессор), чьи научные интересы находятся в области психологии личности, диагностики личностных свойств и психических состояний, выделяет такие компоненты как социальное, духовное, физическое (телесное), материальное и психологическое [20]. Он говорил, что каждый компонент отражает определенный аспект жизнедеятельности личности [21].

**Кэрол Рифф** - всемирно известный психолог, автор теории психологического благополучия и множества исследований, посвященных изучению его различий у людей разного возраста, пола, социо-экономического и этнического статуса, культурного контекста, и исследований специфической «способности к восстановлению», позволяющей людям поддерживать и возвращаться свое благополучие перед лицом серьезных жизненных вызовов. Автор свыше 120 публикаций, создатель одной из самых известных шкал оценки благополучия, которая переведена на 25 языков и используется в исследованиях в различных областях науки и практики. Директор Национального института старения, руководитель лонгитюдного исследования связи позитивных психологических факторов с широким набором показателей (эндокринных, иммунных, сердечно-сосудистых, нейронных) и общенациональных проектов исследования американцев и японцев среднего возраста определяет психологическое благополучие как интегральный показатель степени направленности человека на реализацию основных компонентов позитивного функционирования, а также степень реализованности этой направленности [33]. Ее исследовательский подход был первой попыткой выделить личностные характеристики, необходимые для полноценного, благополучного функционирования. Рифф понимала под эмоциональным благополучием переживание счастья и положительных эмоций (не

имеет значения, какими причинами это переживание вызвано), а также позитивное функционирование, опирающееся на личностные характеристики, предсказывающие благополучие их обладателям.

Рифф писала, что психологическое благополучие – это не эмоциональное переживание, а объективная оснащенность необходимыми психологическими особенностями, позволяющими личности функционировать во всех отношениях более успешно, чем при их отсутствии [33].

Эдвард Деси -американский психолог, специалист по проблемам психологии развития, промышленной и организационной психологии, гуманистической психологии и психологии личности) совместно Р. Райана в теории самодетерминации объединил эти два подхода к пониманию благополучия. Они предположили, что благополучие тесно связано с психологическими потребностями. По их мнению, психологическое благополучие- это удовлетворенность жизнью и психологическое здоровье [10].

В своих исследованиях П.П. Фесенко понятие психологическое благополучие определял двумя терминами: « психологическое» и «благополучие». Благополучие-это такое состояние у человека или такая объективная ситуация, когда у человека есть все, что очень благоприятно характеризует его жизнь в глазах у окружающих, его близких и непосредственно его самого. Ведь благополучие это ничто иное, как получение человеком благ. Фесенко к благам относил самые разнообразные вещи , а также жизненные обстоятельства. К благам самого широкого круга он относил: здоровье самого его и его близких, благосостояние в виде имущества, уважительные и хорошие отношения со значимыми людьми, и даже хорошие погодные условия в месте жительства. Кроме того Фесенко говорит и о социальном благополучии. К ним он относит наличие друзей, любимого человека, отличная работа, хобби, получения круга социальных благ, здоровье и образование общий уровень жизни [44].

Психологическое - это внутренний мир человека. Он не рационален и ситуативен. Фесенко говорил, о том, что если человек логичен, имеет цель, действует строго по задуманному плану, и ему все понятно и им движет

рациональность, то здесь психологического нет. То есть психологическое нельзя строго измерить, необходимо понимать внутреннюю индивидуальность. Психологическое - это ситуативное, личностное про это, мотивы и направленность личности. Вообще, по Фесенко, психологическое благополучие исключает душевное нездоровье (плохое, неустойчивое настроение, легкость впадения в негатив, а также осложненный выход из негатива. Когда человеком овладевает, депрессия, неоправданный страх, усталый вид, постоянные обиды, неспособность переносить трудные жизненные ситуации). Еще большее нездоровье присуще враждебным, озлобленным людям, полное отсутствие интереса к жизни. Ведь генетически человек запрограммирован быть любопытным, пытливым, деятельным. Ну и крайний случай, либо результат двух первых, это невроз и полная депрессия [45].

**Фесенко П.П.** утверждает, что осмысленность жизни и психологическое благополучие личности напрямую коррелируют между собой. Согласно его данным, структурные компоненты психологического благополучия прямо коррелируют с уровнем осмысленности жизни. Понятие «психологическое благополучие» по Фесенко П.П., в малой степени связано с понятием «психическое здоровье». В отличие от понятий «психическое здоровье» психологическое благополучие напрямую не связано с наличием или отсутствием каких-либо психических недугов. Психологическое благополучие, в отличие от психического здоровья отличается тем, по мнению Фесенко П.П., что психологическое благополучие- это восприятие самой личностью и переживанием счастья и удовлетворенностью самим собой и своим окружением [45].

**С.А. Водяха**, считает, что психологическое благополучие- это устойчивое свойство, где доминируют положительные эмоции, присутствуют тесные взаимоотношения, субъектная вовлеченность в жизнедеятельность, осмысленность жизни и позитивная самомотивация [4].

**Н.Бредберн** и определил его в виде субъективного ощущения счастья и удовлетворенностью жизнью. По мнению **А.В. Ворониной**, понятие «психическое

здоровье» и «психологическое здоровье», являются уровнями психологического благополучия, а оно в свою очередь, отражает внутреннюю целостность личности, его согласие с самим собой, является системным качеством человека, обретенным в жизни [5].

**Батурин Н.А и другие авторы** считают, что психологическое благополучие личности это фактор саморегуляции, результат саморегуляции психических состояний, восприятие жизни.

Обобщая вышеизложенное, можно сказать о такой тенденции понимания понятия «психологическое благополучие» как наличие целостности личности, гармонии, успешности реализации задуманных целей, удовлетворения межличностными отношениями, наличие положительных эмоций.

Очень близким по содержанию к понятию «психологическое благополучие» соотносится понятие «удовлетворенность жизнью». В отдельных исследованиях данное понятие рассматривается как составляющая счастья, удовлетворенность трудом, жизнью.

В энциклопедии понятие удовлетворенность жизнью дается через понятие счастья, психологического благополучия и субъективного благополучия. Где говорится, что удовлетворенность жизнью - это субъективная оценка тех или иных объектов, условий жизни и деятельности, жизни в целом, отношений с людьми, самих людей в том числе и самого себя. Высокая степень удовлетворенности жизнью есть счастье.

**А. Кроник и Р. Ахмеров** понимают «счастье»- это слияние с миром, но только при условии, что этот мир переживается человеком, как мир, который способен переживаться человеком, который также способен удовлетворить весь спектр человеческих потребностей. А эти потребности зависят от содержательной доминанты субъективного мира личности. Для каждого они разные. Для одного человека это эстетические наслаждения и переживания прекрасного. Для другого человека, это слияние с истиной. Еще для кого-то это слияние с любимым человеком. По мнению этих исследователей, чем богаче субъективный мир человека, чем многограннее его реальные связи с другими, тем более полным может

быть переживание счастья. Это могут быть такие внутренние переживания как высокая оценка значимости мира, осуществление своих возможностей в этом мире через формы саморегуляции (усиление своих возможностей, через уменьшение сложности мира, увеличение собственных способностей)[23].

**Раиль Шамионов**, который изучал проблемы социализации личности, психология профессионализации учителя, психология субъективного благополучия личности, психология социальных представлений). Он дал понятие и определил критерии субъективного благополучия личности в своей работ критерии субъективного благополучия личности: социокультурная детерминация [46].

Некоторые исследователи рассматривают понятие психологического благополучие в контексте проблемы качества жизни. **И.А. Джидарьян** рассматривает и определяет качество жизни как внутреннюю удовлетворенность или чувство субъективного благополучия личности [8].

Всемирная организация здоровья понятие «качества жизни» характеризует как восприятие личностью своего положения в жизни контексте культуры, а также системы социальных ценностей, в соответствии с целями жизни, ожиданиями, заботами и т.д.[6]

В зарубежной психологии качество жизни понимается как благополучие личности, которое в отличие от уровня жизни не измеряется. В его структуру входит всего два компонента: физический и психологический. Физический включает здоровый образ жизни, диету, безопасность, защиту от болезней, свободу. Психологический включает положительные и отрицательные эмоциональные состояния, которые имеют субъективную природу. Они считают, чем вы физический аспект, тем выше уровень качества жизни.

Обобщив все вышесказанное можно представить в виде таблицы 1.

Таблица 1

#### Основные подходы к понятию психологического благополучия

Автор	Содержание понятия
Психологическое	Интегральный показатель степени направленности человека на

благополучие (К.Рифф)	реализацию основных компонентов позитивного функционирования (личностного роста, самопринятия, управления средой, автономии, цели в жизни, позитивных отношений с окружающими), а также степень реализованности этой направленности, субъективно выражающейся в ощущении счастья, удовлетворенности собой и собственной жизнью.
Субъективное благополучие (Р. Шамионов)	Это собственное отношение человека к своей личности, жизни и процессам, имеющее важное значение для личности с точки зрения усвоенных нормативных представлений о внешней и внутренней среде и характеризующееся ощущением удовлетворенности
Психологическое благополучие (Э. Деси)	Психологическое благополучие- это удовлетворенность жизнью и психологическое здоровье
Психологическое благополучие (Л. Куликов)	Слаженность психических процессов и функций, ощущение целостности внутреннего равновесия. Наряду с психологическим благополучием выделяется социальное, духовное, физическое (телесное), материальное.
Психологическое Благополучие (П.П. Фесенко)	Определял двумя терминами: «психологическое» и «благополучие». Благополучие-это такое состояние у человека или такая объективная ситуация, когда у человека есть все, что очень благоприятно характеризует его жизнь в глазах у окружающих, его близких и непосредственно его самого.  «Психологическое» - это внутренний мир человека. Он не рационален и ситуативен.
Психологическое благополучие (Н.Бредберн)	Это субъективное ощущение счастья и удовлетворенностью жизнью.
Психологическое	Отражает внутреннюю целостность личности, его согласие с

благополучие (А.В. Воронина)	самим собой, является системным качеством человека, обретенным в жизни.
Счастье (А. Кроник и Р. Ахмеров)	Это слияние с миром, но только при условии, что этот мир переживается человеком, как мир, который также способен удовлетворить весь спектр человеческих потребностей.
Психологическое Благополучие (Н.А. Батурин)	Это фактор саморегуляции, результат саморегуляции психических состояний, восприятие жизни.
Психологическое благополучие (С.А. Водяха)	Это устойчивое свойство, где доминируют положительные эмоции, присутствуют тесные взаимоотношения, субъектная вовлеченность в жизнедеятельность, осмысленность жизни и позитивная самомотивация.
Качество жизни (И.А. Джидарьян)	Внутренняя удовлетворенность или чувство субъективного благополучия личности.

Таким образом, по итогам параграфа можно сделать следующие выводы:

1. Единого определения психологического благополучия не существует. Каждый из изучающих данное явление, делал акцент на важные, по его мнению, факторы.
2. Психологическое благополучие- это сложное интегративное устойчивое состояние человека, включающее в себя множество структурных компонентов, либо это один из иерархических уровней общего благополучия человека.
3. Понятие психологическое благополучие не является на сегодняшний день каким-то обособленным, от близких тождественных ему или нетождественных терминов. Однако автор, сформулировал бы, понятие психологическое благополучие следующим образом. Психологическое благополучие – это комплекс факторов

обеспечивающих удовлетворенность своей жизнью, в основе которого, лежит физическое здоровье, позитивная жизненная энергия, целеустремленность, реализация жизненных планов, благоприятная окружающая среда.

## 1.2 Подходы к изучению особенностей психологического благополучия личности в поздней зрелости в отечественной и зарубежной психологии.

Попытки изучить, измерить в количественных параметрах психологическое благополучие предпринимались многими исследователями в рамках различных направлений и подходов. Р. Райан попытался свести все подходы к пониманию психологического благополучия к двум, как он называет основным:: гедонистический и эвдемонистический. Гедонистический подход определяется тем, что человек достигает удовольствие и избегает неудовольствие. Под удовольствием необходимо понимать весь спектр человеческих переживаний или «субъективное благополучие человека» [41]. Эвдемонистический подход рассматривает психологическое благополучие с точки зрения как полноту самореализации человека в конкретных жизненных условиях и соблюдением баланса между запросами социального окружения и развитием собственной индивидуальности. Он базируется на том, что личностный рост- это самый главный, необходимый аспект благополучия в целом. К этому подходу можно отнести взгляды Кэролл Рифф.

**Р.Райана и Э.Деси** также выбирают эвдемонистический подход, но только в концепции самодетерминации, то есть в выборе того, что для человека ценностно и желанно. Здесь, по их мнению, все базируется на автономии, компетентности и связи с другими людьми. Компетенция помогает человеку чувствовать себя уверенно. Эта уверенность поддерживается средой и это дает человеку чувствовать себя благополучно. Под потребностью в отношениях с другими людьми понимается быть ближе к людям, но при сохранении автономии и развитии компетенции. Здесь исследователи говорят, что эти факторы способствуют благополучию. Они рассматривали проблему внутренней и внешней мотивации. Внутренняя мотивация – это удовольствие от деятельности, когда человек переживает радость от



реализации данного мотива в этой деятельности, когда он стремится к поиску новых и трудных задач, к расширению своих возможностей и познания. К внешней мотивации относятся поощрение, наказание, принуждение, внешнее давление. Деси и Райан говорили, что внешние мотивации – это не просто те мотивы, которые действуют извне, а они могут действовать и изнутри, когда человек их воспринимает и делает их своими происходит их интериоризация. Интериоризация внешних мотивов: они по-прежнему остаются внешними, но отличаются от поощрения и наказания в бихевиоризме, что человек эти мотивы делает своими и потихоньку начинает включать своё Я. Они говорили, что люди по природе своей любопытны, активны, ответственны, усердны, инициативны. Оказывается, это зависит от того, как будут удовлетворяться основные человеческие потребности. К основным потребностям человека – потребностям базовым, потребностям врождённым, потребностям универсальным, те существующим у всех.

Таким образом, они выделили существование внутренних потребностей:

1. Потребность в автономии, это синонимичные понятия, это означает, что человек стремится к тому, чтобы самому инициировать и контролировать своё поведение. Самодетерминация- это ощущение свободы по отношению как к силам внешнего окружения, так и к силам внутри личности. Человека называют автономным, когда он действует как субъект, исходя из глубинного ощущения себя. Быть автономным тем самым означает быть самоинициируемым и саморегулируемым, в отличие от ситуаций принуждения и соблазна, когда действия не вытекают из глубинного Я.

2. Потребность в компетентности это ощущение своей самоэффективности: человек действует и он понимает, что он правильно действует.

3. Потребность в связях с другими – потребность к установлению и поддержанию отношений с окружающими людьми.

Эти потребности- основа внутренней мотивации. Если деятельность побуждается внутренней мотивацией, она максимально эффективна. Внутренняя мотивация обеспечивает максимально благоприятные условия человеческой деятельности. Внутренняя мотивация – врождённая склонность человека искать новые пути, ставить себе новые задачи, трудности искать и справляться с ними. Врожденные и три базовые потребности, составляющие ее основу.

Для того, чтобы эти базовые потребности действительно существовали и проявлялись, необходимы благоприятные на то условия. Если внешние условия складываются неприятным образом – мы видим, что внутренняя мотивация начинает ослабевать и человеку и человеку приходится применять метод кнута и пряника, чтобы заставить его что-то делать.

Таким образом, Одним из основных положений теории является представление о трёх базовых потребностях, лежащих в основе внутренней мотивации и обеспечивающих ПБ личности. Это потребность в автономии, в компетентности и в связанности с другими людьми. Важно подчеркнуть, что авторы этой теории Э. Деси и Р. Райан трактуют психологическое благополучие не просто как удовлетворенность жизнью, а как полноценное функционирование личности, формирующее положительные эмоциональные переживания и психическое здоровье.

В свою очередь Рифф их использует для определения того самого благополучия.

Согласно теории **К. Рифф**, в структуру психологического благополучия входят шесть определяющих факторов:

1. Самопринятие – позитивное отношение к себе, признание и принятие внутренней неоднородности себя. Способность принять свои негативные стороны и слабости одновременно с позитивными сторонами и достоинствами, уверенность, позитивная оценка собственного прошлого.

2. Позитивные отношения с другими людьми – способность развивать себя, дарить тепло людям, испытывать к ним доверие, формировать близкие отношения с

другими людьми. Заботиться о благополучии других, быть готовым сопереживать, находить компромиссы с другими людьми.

3. Автономия — независимость и контроль над тем, что с тобой происходит, несмотря на ситуации, которые пытаются иногда поставить человека перед необходимостью подчиняться и вести себя конформно. Действовать, противостоя социальному, моральному давлению. Умение оценивать поведение свое и других людей на основе собственных стандартов и ценностей.

4. Контроль над окружением — способность справляться с обычными делами, участвовать в различных сферах жизни, эффективно использовать возможности окружающего мира.

5. Целенаправленность жизни — наличие жизненных целей, направленности собственной жизни.

6. Личностный рост — развитие и использование имеющихся навыков, возможностей для развития себя и своего потенциала, открытость накоплению опыта, способность выявлять в окружающем мире вызовы, где необходима реакция.

По ее мнению, это психологические блага, которыми должен обладать счастливый человек. Они могут измеряться, могут быть объектом экспертизы. Путь к восстановлению, выздоровлению и предупреждению негативных последствий в будущем лежит, с точки зрения Рифф, не столько в излечении самих негативных симптомов, сколько в усилении позитивных характеристик [6].

Позднее в теории Рифф появилось еще одно понятие, такое как социальное благополучие, под которым понимается социальное взаимодействие человека с другими людьми. Социальное благополучие — это еще один аспект позитивного существования, одновременно с психологическим благополучием, которое включает в себя пять составляющих:

1. Социальная интеграция — это степень ощущения вовлеченности другими людьми. Это социальные связи с другими людьми, чувство принадлежности.

2. Социальный вклад — показатель, значимости для общества, внесение своего вклада в социальную жизнь.

3. Социальная связность — восприятие мира как организованного целого на основе реальности, в которой субъект существует. Знание того, что жизнь построена на определенных закономерностях, это связанная система, которая имеет определенный путь развития, несет определенный смысл.

4. Социальное принятие – способность доверять другим, незнакомым людям. Социальное принятие – это способность считать, что другие способны на добрые проявления.

5. Социальная актуализация – оценка потенциала и развития общества. Здесь имеется в виду, что общество эволюционирует к лучшему и обладает потенциалом.

В своих исследованиях Рифф обнаружила, что некоторые из параметров психологического благополучия на протяжении возрастного развития остаются довольно стабильными. Другие переменные изменяются. Так, например, проводилось сравнение групп взрослых людей – молодые, среднего возраста и старшего возраста. В старшей возрастной группе показатели личностного роста оказались сниженными по сравнению с двумя более младшими, средняя возрастная группа выделялась по параметру автономии, а младшая группа отличалась от обеих старших прежде всего более низкими значениями контроля над окружением. Для них это не выступало на передний план.

Большую популярность получил разработанный опросник психологического благополучия разработанный К. Рифф, и опубликованный на русский язык в двух вариантах Шевеленковой Т.Д., Фесенко П.П.(Шкала психологического благополучия) в 2005г. [51].; Пергаменщиком и Лепешинским, 2007 [28].

Другим известным социальным психологом 20 века, который занимался проблемой психического здоровья явился профессор **Майкл Аргайл**. Большую часть своей карьеры он работал в Оксфордском Университете, проводил исследования по многим темам. Внес большой вклад во многие области психологической науки. По мнению Майкла Аргайла являются «психологическое благополучие» и «счастье» В рамках этого направления установлены факторы, которые связаны с понятие счастья. К ним относятся оптимизм, возраст, физическая привлекательность, материальное положение, качество жилья, хороший сон,

наличие детей, брак, социальное положение, интересная работа, физические упражнения, социальные связи, духовность, религия, уровень образования, здоровье [1]. Майкл Аргайл выясняет природу положительных и отрицательных эмоций. Он широко освещает ключевые вопросы этой области исследований: измерение и изучение счастья, воздействие дружбы, супружества и других отношений на позитивный душевный настрой; взаимосвязь счастья, психического и физического здоровья; влияние работы, занятости и досуга; роль денег, социального статуса и образования [1].

Другой представитель, который занимается позитивной психологией является **Мартин Селигман** - американский психолог, основоположник позитивной психологии. Он является директором центра позитивной психологии в университете Пенсильвании. Его работы посвящены психологии радости и счастья. Этот американский ученый создал уникальную концепцию позитивного мышления, которая положительным образом воздействует на сознание. В своих книгах он четко обозначил набор чувств, состояний человека, помогающих взрастить в себе уникальную способность радоваться жизни. Мартин Селигман разработал так называемый «научный взгляд на счастье». Такой подход способствует становлению личности, ее дальнейшему развитию и самосовершенствованию. Им была предпринята попытка объяснить миру, что можно бесконечно находиться в поисках счастья и никогда его не найти, если не знать наверняка, в какую сторону следует идти. Когда же известно направление движения, из любой ситуации можно найти достойный выход в кратчайшие сроки[37].

Опираясь на результаты целой системы многолетних научных исследований, автор предлагает научно обоснованный и систематизированный обзор тех человеческих свойств и способов поведения, которые способствуют позитивным чувствам и переживаниям и ведут человека к жизни не только приятной, но и достойной, не только счастливой, но и исполненной смысла[38].

На взгляд автора, главным его достижением в области позитивной психологии было открытие синдрома «выученной беспомощности». Наблюдения за поведением собак

позволили психологу сделать вывод о том, что у подопытных синдром «выученной беспомощности». При проведении эксперимента перед учеными ставилась задача сформировать у животных условный рефлекс страха на определенный звук, от собаки требовалось чтобы собака, услышав неприятный звук убежала. Для усиления, ученые прибегали к незначительным ударам электрического тока. Однако, собака, вопреки ожиданиям ложилась и скулила [36]. На этом не закончилось исследование психологии счастья.

Следующим этапом в позитивной психологии стала теория «научного оптимизма». Позитивной психологией занимались Валерий Синельников, Георгий Сытин, Александр Свиящ, Мирзакарим Норбеков, Луиза Хей и другие.

Далее разработаны приёмы, методы, которые воздействуют на людей с большой эффективностью. Так, например, появилось слово «аффирмации», то есть позитивные утверждения. Именно аффирмации способны поменять образ мышления, сформировать жизнеутверждающие установки на будущее, как следствие, становятся причиной положительных перемен в жизни.

Формирование в человеке иного мышления, иного мировоззрения, во главу ставятся такие убеждения, как справедливость мира; мир наполнен всеми возможными благами; без любви к себе невозможно достичь счастья; все, что с тобой происходит, это когда-то было твоей мыслью; жизнь можно и нужно проектировать в позитивном направлении через подсознание; человек берет на себя сам ответственность за свое будущее.

Таким образом, было сформулировано, что позитивное мышление формирует удачную жизнь и судьбу.

Обобщив все вышесказанное, можно изобразить в виде таблицы.

Таблица 2

Подходы к изучению обеспечения психологического благополучия личности в поздней зрелости в отечественной и зарубежной психологии.

Основатель	Основные подходы (теоретические)	Эмпирические
К. Рифф	<p>Обобщив представления разных исследователей психологического благополучия выдвинула шестифакторную концепцию психологического благополучия в рамках эвдемонического подхода:</p> <p>Самопринятие, позитивные отношения с окружающими, автономия, компетентность в управлении с окружающей средой, цели в жизни, личностный рост.</p>	Факторы психологического благополучия могут измеряться, могут быть объектом экспертизы.
Мартин Селигман	<p>Эвдемонический подход. Разработал так называемый «научный взгляд на счастье». Такой подход способствует становлению личности, ее дальнейшему развитию и самосовершенствованию. Им была предпринята попытка объяснить миру, что можно бесконечно находиться в поисках счастья и никогда его не найти, если не знать наверняка, в какую сторону следует идти. Когда же</p>	Эксперимент «выученной беспомощности»

	известно направление движения, из любой ситуации можно найти достойный выход в кратчайшие сроки. Работа над собой, над развитием своих способностей и умений, ведет к большей удовлетворенности своей жизнью.	
Майкл Аргайл	Выясняет природу положительных и отрицательных эмоций.	измерение и изучение счастья, воздействие дружбы, супружества и других отношений на позитивный душевный настрой; взаимосвязь счастья, психического и физического здоровья; влияние работы, занятости и досуга; роль денег, социального статуса и образования.
Э. Деси и Р. Райана	<p>Факторы психологического благополучия:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Потребность в автономии,</li> <li>2. Потребность в компетентности</li> <li>3. Потребность в связях с другими людьми</li> </ol>	

Таким образом, единого подходы к изучению обеспечения психологического



благополучия личности в поздней зрелости в отечественной и зарубежной психологии не существует. Каждый из изучающих данное явление делал акцент на важные, по его мнению факторы. По мнению автора, наиболее полный подход к изучению обеспечения психологического благополучия личности в поздней зрелости отражен в работах известного социального психолога Майкла Аргайла, который занимался проблемой психического здоровья. По мнению Майкла Аргайла, установлены факторы, которые связаны с понятием счастья. К ним относятся оптимизм, возраст, физическая привлекательность, материальное положение, качество жилья, хороший сон, наличие детей, брак, социальное положение, интересная работа, физические упражнения, социальные связи, духовность, религия, уровень образования, здоровье [1].

Однако, по мнению автора, на первое место из выше перечисленных автор бы, поставил физическое здоровье как основу позитивного жизненного существования.

### 1.3 Возрастные особенности психологического развития личности в поздней зрелости

В возрастной психологии имеется точка зрения, которая делит жизненный путь человека от рождения до смерти. Принято делить на возрастные периоды и эпохи. Чаще всего выделяют: детство - зрелость - старость. Сама зрелость состоит из психологических возрастов: (первой ранней, средней и поздней зрелости).

Единого подхода градации по годам возрастных периодов нет. Например, согласно теории развития **Эриксона** последняя психосоциальная стадия завершает жизненный путь человека. Эту стадию называют «поздней зрелостью» (после 64 лет и до завершения жизненного цикла [52]). Это время, когда люди пересматривают свои жизненные решения, вспоминают о том, что достигли, о своих неудачах. В этот период происходит изменение всех функций организма, убывает физическая сила, ухудшается здоровье; появляется уединенность. Одновременно, появляются внуки и новые обязанности, утрата близких, преемственность поколений. Фокус внимания человека сдвигается на свой прошлый опыт, а не на планирование

будущего. По убеждению Эриксона, для этой последней фазы зрелости характерен не столько новый психосоциальный кризис, сколько оценка всех стадий [52]. Эриксон считает, в этом возрасте приходит чувство «Мудрости прожитых лет». Мудрость – это осознание безусловного значения самой жизни перед лицом самой смерти» [52].

Эриксон видит положительное в этом возрасте - здоровое саморазвитие, достижение целостности. Это принятие себя и своей роли в жизни понимание собственного личностного достоинства, мудрости. Он говорил, что основная работа в жизни закончилась, настало время размышлений и воспитание внуков. Психологическое здоровье заключается в принятии собственной жизни и судьбы, человек говорит себе «Я доволен». Смерть его больше не страшит, эти люди видят продолжение себя или в потомках, или в достижениях. У таких людей еще остается интерес к жизни, открытость, готовность помочь детям в воспитании внуков, участие в общественной жизни.

Из отрицательных моментов Эриксон выделяет то, что кому прожитая жизнь представляется цепью упущенных возможностей и досадных промахов, тот непременно осознает, что начинать все сначала уже поздно и упущенного не вернуть. В этом случае человек впадает в отчаяние, у него складывается ощущение безнадежности, что он никому не нужен, его собственная жизнь не сложилась, возникает ненависть, человек закрывается, возникает страх смерти. У него возникает чувство отсутствия завершенности и неудовлетворенности прожитой жизнью.

Эти люди сожалеют о том, что жизнь нельзя прожить заново. Эриксон говорит, что такие чувства могут привести пожилого человека к старческому слабоумию, депрессии, ипохондрии и т.д.

Необходимо заметить, что универсальной структуры благополучия не существует. Американские исследователи **Ф. Крамер** и **К.Джонс** исследовали психологическое благополучие в зависимости от возраста и показали, что в пожилом возрасте улучшается регуляция эмоций, увеличивается удовлетворенность

межличностными отношениями. Исследователи объясняют это тем, что в позднем зрелом возрасте с изменением восприятия времени смещается акцент на эмоционально значимые социальные отношения, это является главным ресурсом жизни. Изучая факторы благополучия они проанализировали данные и обнаружили, что у 62% участников индекс психологического благополучия увеличивался, а у 32 –уменьшался, у-6% оставался стабильным.

**Дубовик Ю.Б.** при исследовании результатов полученных у россиян в возрасте 55-75 лет и 75-90 лет, указала, что для наших русских людей характерным становится снижения уровня психологического благополучия с возрастом по параметру личностного роста (снижения интереса к жизни, ощущение пустоты, нежелания меняться в того и другого пола). Снижаются и социальные факторы.

Однако, пожилые люди, обладающие высоким уровнем психологического благополучия, различаются по характеристикам ценностной сферы и темперамента, к которым относится динамичность, активность, выносливость, эмоциональность. То есть с возрастом вместе со снижением психически-адаптивных и конструктивных возможностей происходит и смысловое обогащение.

**О.А. Идобаева** отмечает, что психологическое благополучие свойственно каждому возрасту предикатором в зрелом возрасте, отмечает она, является самоактуализация.

На изменение профиля психологического благополучия говорят и другие исследователи. Такие параметры, как социальная компетентность, автономность с возрастом увеличивается, а личностный рост снижается.

Но если в общем говорить, о людях позднего возраста то необходимо отметить, что они вынуждены приспосабливаться не только к новой ситуации вовне, но и реагировать на изменения в самих себе. Здесь возникает вопрос как человек поздней зрелости оценивает себя и свое актуальное существование в свете новых обстоятельств в которых он оказался и изменений, которые произошли в нем самом. Здесь вопрос стоит о самооценке в старости как регуляторе поведения. Проблему самооценки в позднем возрасте вряд ли можно назвать объектом пристального внимания. Анализ самооценки чаще используются в качестве средства прояснения

других вопросов, например степень удовлетворенности жизнью, счастья. Реже используется в концепции изучения «Я», самоодобрения. Выполненные работы противоречивы. В одних работах высказывается мнение о том, что возраст не влияет на ощущение счастья, удовлетворенность жизнью, самоуважение, они больше зависят от пола-мужчины больше удовлетворены жизнью и у них выше самооценка. Другие авторы отмечают у пожилых людей более позитивный образ «Я», склонность выделять у себя меньше недостатков и в целом более высокое самоодобрение, чем у молодых. Есть авторы, которые считают что с возрастом концепция «Я» становится более негативной, самоуважение падает, иногда крайне резко, среди лиц старческого возраста выявлен наибольший процент людей неудовлетворенных своей жизнью. В любом случае, в поздней зрелости встает вопрос- принять свой жизненный путь таким, каким он был и есть и свое психологическое окружение и многое другое или искать что-то изменяться.

Вообще, в этом возрасте люди сталкиваются со следующими проблемами:

- уход на пенсию;
- некоторые перестают быть руководителями, директорами, начальниками;
- перестают быть детьми -уходят из жизни родители;
- они перестают быть родителями, так как дети вырастают, заводят собственные семьи;
- происходят физические изменения в организме, что очень трудно принять в себе:
- меняют сексуальную жизнь;
- перестают путешествовать- нет ни сил не желания;
- смиряются с неизбежностью и близостью смерти

В этом периоде важно, чтобы человек справился вышеуказанными проблемами и выбрал «здоровую старость». К ней относится: общественная работа, деятельность внутри семьи, путешествия, художественная самодеятельность. Ведущей для пожилого возраста является внутренняя деятельность, которая направлена на принятие своего жизненного пути. Здесь человек поздней зрелости не только работает на своей текущей жизнью и задает и

отвечает себе вопросы: «Жизнь не бессмысленна», «я не продолжаю трудиться, но у меня есть возможность освоить другие сферы жизнедеятельности».

**Л.В. Куликов**, отмечал, что с возрастом изменяются межличностные отношения. Супружеские пары испытывают благополучие больше, нежели одинокие люди. В этом он видит социальный ресурс в трудных жизненных обстоятельствах, в ситуациях преодоления[17].

Многие исследователи изучали влияние материального аспекта на уровень психологического благополучия. Первые исследователи **Н. Брэдберн** и **Э Динер** обнаружили взаимосвязь психологического благополучия и уровнем дохода. В то же время отсутствовала обратная связь со шкалой негативного аффекта, которая говорила о том, что деньги конечно могут увеличить ощущение счастья но не могут уменьшить чувство горя.

Некоторые исследователи, в частности **Ф.Е. Василюк**, говорит о таких особенностях психики этого возраста, как вера в Бога. Люди возраста поздней зрелости становятся ближе к Богу. И конечно же на ощущение благополучия психологического оказывает влияние молитва, посещение церкви, исповедь, покаяние. Здесь личность духовно очищается и проходит своего рода личностный рост через самоопределение, ломку устоявшихся и подчас ложных представлений о себе. Во время исповеди и молитвы верующему дается новое мироощущение, вызывающее чувство осмысленности, целостности, ясности жизненного пути, прилива жизненных сил и вдохновения, ощущение близости к Богу и это безусловно отражается на его психологическом благополучии. Вера в Бога, в его заботу, покровительство особенно позитивно влияет на людей поздней зрелости, это явление даже выполняет реабилитационную функцию, восстанавливая душевное благополучие людей в поздней зрелости.

**И.А. Джидарьян** пишет, что у русского народа и других народов Европы под влиянием евангелия сформировалась вера в греховную, нечистую силу больших денег, а также сильны мотивы избегания зависти, поэтому русские люди живут ощущением счастья и надеждами на будущее в любом возрасте [9].

Обобщенные результаты можно представить в виде таблицы.

Таблица 3

## Возрастные особенности психологического развития личности в поздней зрелости

Исследователи	Возрастные особенности	Предикаторы психологического благополучия
Эриксон	Изменение всех функций организма, убывает физическая сила, ухудшается здоровье; появляется уединенность. Одновременно, появляются внуки и новые обязанности, утрата близких преемственность поколений. Фокус внимания человека сдвигается на свой прошлый опыт, а не на планирование будущего	Здоровое саморазвитие, достижение целостности «Мудрость прожитых лет»
Н. Брэдберн и Э. Динер	Взаимосвязь психологического благополучия и уровнем дохода.	Уровень дохода
О.А. Идобаева	Психологическое благополучие свойственно каждому возрасту	Самоактуализация.
Ф. Крамер и К.Джонс	Улучшается регуляция эмоций, увеличивается удовлетворенность межличностными отношениями.	Социальные отношения, это является главным ресурсом жизни
Дубовик Ю.Б.	Снижается уровень психологического благополучия с возрастом по параметру личностного роста (снижения интереса к жизни, ощущение пустоты, нежелания меняться в того и другого пола). Снижаются и социальные факторы	Происходит и смысловое обогащение.

Л.В. Куликов	Супружеские пары испытывают благополучие больше, нежели одинокие люди.	социальный ресурс- в преодолении трудных жизненных обстоятельств вместе с супругом.
Ф.Е. Василюк	Люди в период поздней зрелости становятся ближе к Богу.	Исповедь, молитвы, духовное очищение, личностный рост через веру.
И.А. Джидарьян	Особенность русских людей в любом возрасте вера в будущее, поиск высоких идеалов и смысла бытия, вера в лучшую жизнь, как детерминант уровня благополучия личности	Надежда на будущее, вера

Таким образом, каждый исследователь выделял положительные и отрицательные стороны в поздней зрелости. Определял предикаторы психологического благополучия со своей точки зрения. По мнению автора: положительные стороны данного возраста- мудрость( умение отделить бесполезную жизненную суету от истинных ценностей). Отрицательные стороны- угасание жизненной энергии, связанной с возрастными изменениями (замедление синтеза белка в органах), потеря близких, ощущение «опустевшего гнезда».

#### 1.4 Выводы по первой главе

На основе изучения теоретического материала можно сделать следующие выводы:

- 1.Единого определения психологического благополучия не существует. Каждый из изучающих данное явление, делал акцент на важные, по его мнению, факторы.
2. Психологическое благополучие- это сложное интегративное устойчивое

состояние человека, включающее в себя множество структурных компонентов, либо это один из иерархических уровней общего благополучия человека.

3. Понятие психологическое благополучие не является на сегодняшний день каким-то обособленным, от близких тождественных ему или нетождественных терминов.

4. Существует множество подходов к изучению обеспечения психологического благополучия личности в поздней зрелости в отечественной и зарубежной психологии. Каждый из изучающих данное явление делал акцент на важные, по его мнению факторы. По мнению автора, наиболее полный подход к изучению обеспечения психологического благополучия личности в поздней зрелости отражен в работах известного социального психолога Майкла Аргайла, который занимался проблемой психического здоровья. По мнению Майкла Аргайла, установлены факторы, которые связаны с понятием счастья. К ним относятся оптимизм, возраст, физическая привлекательность, материальное положение, качество жилья, хороший сон, наличие детей, брак, социальное положение, интересная работа, физические упражнения, социальные связи, духовность, религия, уровень образования, здоровье.

Однако, по мнению автора, на первое место из выше перечисленных автор бы поставил физическое здоровье как основу позитивного жизненного существования.

5. Возрасту поздней зрелости (65 и старше) по периодизации Эриксона характерны: изменение всех функций организма, убывает физическая сила, ухудшается здоровье; появляется уединенность. Одновременно, появляются внуки и новые обязанности, утрата близких, преемственность поколений. Фокус внимания человека сдвигается на свой прошлый опыт, а не на планирование будущего. Эриксон считает, в этом возрасте приходит чувство «Мудрости прожитых лет».

По мнению автора: положительные стороны данного возраста - мудрость (умение отделить бесполезную жизненную суету от истинных ценностей). Отрицательные стороны - угасание жизненной энергии, связанной с возрастными изменениями (замедление синтеза белка в органах), потеря близких, ощущение «опустевшего гнезда».



## **ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ЛИЧНОСТИ В ПЕРИОД ПОЗДНЕЙ ЗРЕЛОСТИ**

### **2.1 Организация эмпирического исследования**

Для эмпирического исследования базой выступали 2 группы, сформированные из людей возраста 65-92 года, проживающих в учреждении социального обслуживания государственного автономного учреждения социального обслуживания населения Свердловской области «Комплексный центр социального обслуживания населения «Изумруд» города Кировграда» (далее- учреждение) и проживающих самостоятельно в своих домах. Всего эмпирическим исследованием было охвачено 60 человек периода поздней зрелости.

В первую группу вошли 30 человек в возрасте 65-92г., проживающих в учреждении. В основном в учреждение направляются люди, которые утратили частично или полностью способность к самообслуживанию, либо у которых отсутствуют близкие родственники, либо близкие родственники проживают в других регионах. Также сами люди в поздней зрелости могут обратиться с заявлением о выдаче путевки в учреждение для круглосуточного проживания. Выявлением таких людей занимаются социальные работники социальных учреждений, социальные службы, находящиеся в населенных пунктах местного самоуправления, министерства социальной политики в регионах, управления социальной политики по городам.

В базовом учреждении проживают 105 человек, из них: 70 человек в возрасте 60-75 лет, в возрасте 75-92 лет-35 человек. Эти люди распределяются по отделениям по степени самообслуживания.

Таких отделений в базовом учреждении два. Это отделение общего типа и отделение милосердия. В отделении общего типа проживают 52 человека, в отделении милосердия 53 чел. В отделении общего типа проживают люди, которые

способны к самообслуживанию: свободно передвигаются, активны, понимают речь и разговаривают, могут обходиться без посторонней помощи при принятии гигиенических процедур, при приеме пищи.

В отделении милосердия проживают люди с частично либо полностью утраченной способностью к самообслуживанию.

Комнаты для проживания большие, просторные 25 кв.м. по 2 человека. Комнаты расположены в блоках. В каждом блоке по 2 комнаты. В блоке имеется туалетная комната, раковина, душевая. Во всех комнатах сделан евроремонт. В каждой комнате имеется телевизор, у каждого свой письменный стол, шкаф для хранения вещей, тумбочки прикроватные. Одежда выдается по сезону и хранится в комнатах. Остальная одежда хранится в гардеробе, в специально отведенном месте. Для каждого имеется контейнер с его личными вещами. За гардеробом следит специальный сотрудник-гардеробщица.

Проживающие в учреждении имеют свободный вход и выход из учреждения. Они могут посещать самостоятельно различные объекты в городе. Могут поехать в длительный отпуск к кому-либо из знакомых или родных. Для этого им необходимо заполнить лишь заявление об отсутствии в учреждении. Пребывание может быть постоянным или временным. Временное пребывание бывает необходимым в случае, когда близкие родственники не могут ухаживать за престарелым человеком, например, в связи с поездкой в отпуск.

В штате учреждения включены должности: медицинские работники- врачи, медицинские сестры, массажисты, санитарки; уборщики служебных помещений, банщицы, операторы стиральных машин, специалисты по социальной работе, социальные работники, работники пищеблока- повара, официанты, кухонные работники. Для проведения досуга в штатном расписании предусмотрены должности: культ организатор, специалисты информационно-методического отделения. Для оказания психологической помощи в штатном расписании

предусмотрены должности психологов, педагогов – психологов. Для оказания юридической помощи имеются должности юрисконсульты.

В учреждении оказывается спектр различных услуг: социально-медицинские, социально-психологические, социально-бытовые, социально-правовые. Имеется столовая на 105 мест, которая обеспечивает проживающих пяти разовым питанием и приемом витаминных напитков. Для проживающих в отделении общего типа имеется столовая на 105 мест. Для проживающих в отделении милосердия, кроме отдельно расположенной столовой (дополнительной), работники учреждения-санитарки производят кормление самостоятельно, непосредственно в комнате, где проживает получатель услуг. Питание сбалансированной, с учетом заболеваний проживающих, соответствует нормам потребления и СанПин.

В комплекс социально-медицинских услуг входит: ручной и механический массаж, медикаментозное лечение, сбор медицинских анализов, прививочный кабинет, диагностика заболеваний.

В комплекс социально-психологических услуг входит: составление психологической программы, которая рассчитана на 6 месяцев; индивидуальные и групповые психологические консультации; составление психологического портрета, тестирование, арт-терапия, психогимнастика, релаксация, фототерапия, пальчиковая гимнастика, отработка коммуникативных навыков, упражнения на развитие памяти, внимания, мышления и т.д.

В комплекс социально-правовых услуг включаются: индивидуальные письменные и устные консультации, написание исковых заявлений по просьбе получателей услуг, представление интересов в суде, оказание иной юридической помощи.

Социально-бытовые услуги включают в себя: помощь в написании и составлении писем, покупка необходимых лекарств, вещей, продуктов.

В соответствии с Федеральным законом "Об основах социального обслуживания граждан в Российской Федерации" от 28.12.2013 N 442-ФЗ и Законом Свердловской области № 108-ОЗ от 03.12.14 «О социальном обслуживании граждан в Свердловской области» 3 декабря 2014 года социальные услуги в стационарной форме социального обслуживания предоставляются их получателям за плату или частичную плату, за исключением несовершеннолетних детей; лицам, пострадавшим в результате чрезвычайных ситуаций, вооруженных межнациональных (межэтнических) конфликтов.

Размер ежемесячной платы за предоставление социальных услуг в стационарной форме социального обслуживания рассчитывается на основе тарифов на социальные услуги, но не может превышать семьдесят пять процентов среднедушевого дохода получателя социальных услуг.

Таким образом, у большинства проживающих оплата услуг составляет в -75% от получаемой пенсии.

Однако себестоимость одного проживающего в учреждении составляет 31 000 руб. В среднем, в оплату от получателей услуг в месяц поступает 8000-00 руб. Разница финансируется федеральным и областным бюджетом.

Вторая группа- люди периода поздней зрелости в возрасте 65-90 лет в количестве 30 человек, которые проживают дома, одни либо находятся на социальном обслуживании, с которыми заключен договор о социальном обслуживании и к ним два раза в неделю, приходя социальные работники с целью оказания услуг: посещение магазина, уборка помещения, покупка лекарств и т.д. Стоимость услуг социальных работников очень низка, порядка 20-00 рублей за 1 посещение магазина, аптеки, почты и других учреждений.

Для сбора данных у людей проживающих дома были взяты в помощь социальные работники, которые оказали помощь при опросе, тестировании и сборе данных для написания работы.

Таким образом, в эмпирической группе исследований приняли участие 2 группы людей в возрасте 65 лет и старше по 30 человек в каждой. Одна группа испытуемых проживает в ГАУ «КЦСОН «Изумруд» города Кировграда», вторая группа испытуемых проживает дома, находится на самообслуживании, либо с посещением социального работника на дому два раза в неделю.

## 2.2 Методы и методики эмпирического исследования

В работе были использованы теоретические, эмпирические методы, а также методы количественной обработки данных:

-Теоретические методы: метод опроса (анкетирование), метод психологического тестирования), систематизация психологических сведений по теме исследования).

- Эмпирические методы:

-Методика «Шкала психологического благополучия» **К.Рифф** (адаптация Шевеленковой Т.Д. П.П. Фесенко)[50].

-Методика «Шкала субъективного благополучия» автор французский психолог **А. Перуэ-Бадю**. Русскоязычная адаптация методики выполнена М. В. Соколовой [51].

-Методика «Шкала удовлетворенности жизнью» (SWLS) автор **Э.Динер** [11].

-Проективная методика «Дом-человек-дерево» автор **Дж. Бак** [2].

Исследования проводились в несколько этапов в период с 2015 по 2017гг. На первом этапе изучалась научная литература отечественных и зарубежных исследователей на предмет психологического благополучия личности. Изучались подходы к понятию психологического благополучия. Рассматривались различные точки зрения на изучение различных подходов к обеспечению психологического благополучия людей в поздней зрелости. Исследовались возрастные особенности данного возраста. Подводились итоги по обобщению теоретического материала.

На втором этапе сформировались две выборки, которые состояли из двух групп людей в возрасте 65-92г. в количестве по 30 человек в каждой группе. Задачами на этом ставились провести опрос среди респондентов в форме беседы, с целью установления контакта и выявлению проблем, волнующих людей в поздней зрелости. На втором этапе исследования проводился также анкетный опрос по поводу выяснения проблем, волнующих людей поздней зрелости проживающих в учреждении и дома. Анкета включала в себя четыре основных блока. Первый блок вопросов - подготовительный, позволяющий установить контакт с респондентами, ввести в общую проблематику темы. Ответы на данные вопросы нами не учитывались. Второй блок вопросов позволили получить информацию о проблемах, волнующих людей в период поздней зрелости, которые проживают в учреждении социального обслуживания и дома. Результаты исследования показали, что в основном исследуемые в учреждении довольны социально-бытовыми условиями жизни. Обеспокоенность вызывают проблемы медицинского характера, утрата здоровья, негативные изменения, происходящие в организме, что безусловно влияет на качество жизни. В материальном плане люди, проживающие в учреждении не испытывают трудностей. Они полноценно питаются, посещают различные кружки, клубы по интересам, которые для них организуют специалисты по социальному обслуживанию: «Клуб серебряного возраста»- ведутся беседы по геронтологии, познанию мира; «Луковка»- участие в посадке и выращиванию овощей и корнеплодов; «Россияночка»- танцы, песни, музыка в стиле русско-народном; «Клуб сохранения молодости и активного долголетия»- здесь люди занимаются подвижными видами спорта, на территории учреждения имеется теннисный корт, беговая дорожка, оборудована спортивная площадка. Ведется реабилитационная работа, где специалисты по реабилитации занимаются восстановлением здоровья у людей, которые перенесли тяжелые заболевания и операции. В отличие от людей, проживающих в учреждении, проживающие дома, вынуждены каждый день сталкиваться с суровой реальностью. Самостоятельно планировать свой бюджет, заботиться о здоровье, о быте, о планировании использования своего времени, о профилактике своей дальнейшей жизнедеятельности.

Третий блок - исследования психологических проблем у лиц, проживающих в учреждении и дома. Здесь ставились вопросы испытывают ли респонденты одиночество, нехватку общения, испытывают ли страх смерти, боязни новых болезней и т.д.

На третьем этапе исследовались особенности психологического благополучия людей в поздней зрелости, проживающих в учреждении и дома, с использованием следующих методик:

-Методика «Шкала психологического благополучия» **К.Рифф** (адаптация Шевеленковой Т.Д. П.П. Фесенко)[50]. Обработка результатов проводилась с использованием программы Excel, программы «Биостатистика».

-Методика «Шкала субъективного благополучия» автор французский психолог **А. Перуэ-Бадю**. Русскоязычная адаптация методики выполнена М. В. Соколовой [51].

Обработка результатов проводилась с использованием программы Excel, программы «Биостат».

-Методика «Шкала удовлетворенности жизнью» (SWLS) автор **Э.Динер** [11].

-Проективная методика «Дом-человек-дерево» автор **Дж. Бак** [2].

На четвертом этапе проводился анализ, обобщение, описание полученных результатов. В результате проведенного исследования были получены «сырые баллы», которые затем сравнивались преобразованием и анализу. В качестве результатов исследования выступили проанализированные осмысленные итоги математико-статистической обработки, качественного анализа и интерпретации. Делался вывод о подтверждении либо об опровержении гипотезы исследования.

Характеристика основных этапов исследования представлена в таблице 4.

# Характеристика основных этапов исследования

Таблица 4

Критерии	Этапы исследования			
Этапы	1 этап	2 этап	3 этап	4 этап
Задачи	1. Изучить научную литературу по теме исследования.	1.Какие проблемы волнуют людей в поздней зрелости у проживающих в учреждении социального обслуживания.  2. Какие проблемы волнуют людей в поздней зрелости у проживающих дома.	1.Выявить факторы психологического благополучия	1.Провести анализ и обобщить результаты исследования, сделать выводы по гипотезе исследования
Выборка		60 человек (2 группы по 30 человек)	60 человек (2 группы по 30 человек)	60 человек (2 группы по 30 человек)
Методы сбора данных		1. Опрос (анкета, свободное интервью). 2. Тестирование.	Тестирование	
Методический инструментарий			<p>–Методика «Шкала психологического благополучия» <b>К.Рифф</b> (адаптация Шевеленковой Т.Д. П.П. Фесенко)[50].</p> <p>-Методика «Шкала субъективного благополучия» автор французский психолог <b>А. Перуз-Бадю</b>. Русскоязычная адаптация методики выполнена М. В. Соколовой [51].</p> <p>-Методика «Шкала удовлетворенности жизнью» (SWLS) автор <b>Э.Динер</b> [11].</p> <p>-Проективная методика «Дом-человек-дерево» автор <b>Дж. Бак</b> [2].</p>	
Методы обработки данных		1. Качественный анализ.	1. Качественный анализ. 2. Статистические методы	1. Качественный анализ. 2. Статистические методы.



## **Методика «Шкала психологического благополучия» К.Рифф (адаптация Шевеленковой Т.Д., П.П. Фесенко)**

Данная методика позволяет измерять степень выраженности основных показателей психологического благополучия личности. На руки каждому испытуемому выдается бланк методики, который сопровождается инструкцией. Данный опросник содержит 84 утверждения, которые образуют 6 шкал:

- «положительные отношения с другими» – это наличие близких доброжелательных, доверительных отношений с окружающими людьми, желание быть заботливым о близких людях, быть способным к эмпатии, а также любви и близости;
- «автономия» – это независимость испытуемого, способность его противостоять социальному давлению как в своих мыслях так и в поступках;
- «управление окружением" – это чувство уверенности и компетентности в управлении каждодневными делами, а также выраженная способность эффективно использовать жизненные обстоятельства, умение выбирать, также создавать условия, которые удовлетворяют личностным потребностям и ценностям;
- «личностный рост» – это чувство непрерывного естественного саморазвития, отслеживание и контроль собственного личностного роста и ощущение от результата самосовершенствования с течением времени;
- «цель в жизни» – это нацеленность, наличие целей в жизни, а также чувства осмысленности жизни;
- «самопринятие» – это поддержание постоянного позитивного отношения к себе, признание и принятие собственного личностного многообразия.

В этой ситуации испытуемому необходимо выразить степень своего согласия или несогласия с утверждениями по 6-ти бальной шкале, в которой цифра 1 – это абсолютно не согласен, цифра 2 – человек не согласен, цифра 3 – скорее всего не согласен, цифра 4 – скорее всего согласен, цифра 5 – это согласен, цифра 6 – это абсолютно согласен.

Обработка проводилась подсчетом баллов по каждой шкале в соответствии с ключом (Приложение А). Распределением вопросов по шкалам опросника, результат сравнивался с интерпретацией.

Методика заполнялась испытуемыми индивидуально. Среднее время заполнения – 60 минут.

**Шкала субъективного благополучия автор французский психолог А. Перуэ-Баду (Русскоязычная адаптация методики выполнена М. В. Соколовой)**

**Шкала субъективного благополучия** разработана в 1988 году французским психологом **А. Перуэ-Баду**. Она представляет собой инструмент для измерения эмоционального компонента субъективного благополучия. Производится оценка качества эмоциональных переживаний человека от оптимизма, бодрости, уверенности в себе до чувства подавленности, раздражительности, а также ощущения одиночества.

Шкала была создана, когда расширялись исследования в области психологии стресса и изучались влияние стресса на здоровье индивида. Изучая воздействие хронических болезней на эмоциональное состояние личности, авторы методики, решили разработать метод, который бы отражал оценку индивидом собственного эмоционального состояния.

Шкала состоит из 17 пунктов (моно-шкал). Их содержание связано с эмоциональным состоянием, социальным поведением, некоторыми физическими симптомами (приложение Б). В соответствии с содержанием, пункты делятся на шесть так называемых кластеров:

- напряженность и чувствительность (здесь оценивается субъективное переживание тяжести выполняемой работы, а также необходимость взаимодействовать с другими; кроме того, исследуется потребность в уединении);

- признаки, сопровождающие основную психиатрическую симптоматику (к таким можно отнести нарушения сна; или субъективно переживаемое чувство

беспредметного, иного беспокойства; либо чрезмерная острота реакций на какие-то незначительные препятствия и неудачи; выясняется нарастающее переживание и усиление рассеянности);

- изменения настроения (здесь измеряется ухудшение настроения; а также значительное снижение оптимистического модуса восприятия);

- значимость социального окружения (здесь исследуется совместное решение проблем, а также переживание одиночества и конечно же отношение с семьей и друзьями);

- самооценка здоровья (здесь выясняется общее переживание здоровья, ставится вопрос физической «формы»);

- степень удовлетворенности повседневной деятельностью (здесь выясняется переживание скуки в повседневной деятельности, какое настроение по утрам, кроме того, выясняется собственно удовлетворенность повседневной деятельностью).

Предлагается следующая инструкция к тесту:

Необходимо указать в какой мере вы согласны или не согласны с приведенными ниже высказываниями, используя для этого следующую шкалу: 1 – полностью согласен; 2 – согласен; 3 – более или менее согласен; 4 – затрудняюсь ответить; 5 – более или менее не согласен; 6 – не согласен; 7 – полностью не согласен.

Оценка результатов производится, когда сырые баллы переводятся в стеновые (Приложение Б).

Средние оценки (**4-7 стенов**) свидетельствуют о низкой выраженности качества: лица с такими оценками характеризуются умеренным субъективным благополучием, серьезные проблемы у них отсутствуют, но и полном эмоциональном комфорте говорить нельзя.

Оценки, отклоняющиеся в сторону субъективного неблагополучия (**8-9 стенов**), характерны для людей, склонных к депрессии и тревогам, пессимистичных, замкнутых, зависимых, плохо переносящих стрессовые ситуации. 10 Крайне высокие оценки (**10 стенов**) свидетельствуют о значительно выраженном эмоциональном дискомфорте. У лиц с такими оценками возможно наличие комплекса неполноценности, они скорее всего, не удовлетворены собой и своим положением, лишены доверия к окружающим и надежды на будущее, испытывают трудности в контроле своих эмоций, неуравновешены, негибки, постоянно беспокоятся по поводу реальных и воображаемых неприятностей. Оценки отклоняющиеся в сторону субъективного благополучия (**2-3 стена**) говорят об умеренном эмоциональном комфорте испытуемого: он не испытывает серьезных эмоциональных проблем, достаточно уверен в себе, активен, успешно взаимодействует с окружающими, адекватно управляет своим поведением. Крайне низкие оценки по шкале СБ (**1 стен**) свидетельствуют о полном эмоциональном благополучии испытуемого и отрицании им серьезных психологических проблем. Такой человек, скорее всего, обладает позитивной самооценкой, не склонен высказывать жалобы на различные недомогания, оптимистичен, общителен, уверен в своих способностях, эффективно действует в условиях стресса, не склонен к тревогам.

### **Методика «Шкала удовлетворенности жизнью» (SWLS) автор Э.Динер**

Необходимо ответить на 5 вопросов. Чтобы результаты были точными, не нужно задумываться долго при ответе и отвечать нужно честно. Рекомендуется вести дневник с ответами, чтобы лучше проследить динамику уровня счастья и определить, что же все-таки делает вас счастливым, а что нет. Так как наша память изменчива и искажает реальные события, то рекомендуется испытуемым проходить данный тест каждый вечер (минимум раз в неделю), для того, чтобы вовремя отслеживать колебания и быстро реагировать на них (приложение В).

## **Проективная методика «Дом-человек-дерево» автор Дж. Бак**

Американский психолог Дж. Бак (1948) первым создал и очень детально разработал такую систему интерпретации теста «Дом-человек-дерево» (далее по тексту-ДДЧ). Методика проективная. Ее особенности обусловлены неопределенностью предъявляемого стимула. Испытуемый не знает смысла теста. Ведь слова «дом», «дерево», «человек» знакомы конечно каждому, и поэтому при выполнении задания испытуемый вынужден выразить свое представление каждого объекта и свое отношение к тому, что каждый объект значит, каков смысл для него. Кроме того, сами слова «дом», «дерево», «человек» несут определенные эмоциональные нагрузки. Поэтому эмоциональная реакция во время или в беседе после рисования чаще всего представляет собой личностно значимую реакцию на его отношение к предложенным объектам рисования, его желания, чувства, реакции на объект, которые прямо или символично имеются в рисунке. Вообще, рисунок дома, дерева, человека – это автопортрет рисующего, ведь в своем рисунке он отражает значимые для него объекты.

Для выполнения теста ДДЧ исследуемому человеку в поздней зрелости предлагался чистый лист бумаги, карандаш. Стандартный лист для рисования складывается пополам. На первой странице в горизонтальном положении наверху написано «ДОМ», на второй и третьей в вертикальной позиции вверху каждого листа – соответственно «ДЕРЕВО», «ЧЕЛОВЕК», на четвертой – имя и фамилия испытуемого, дата проведения исследования. Для рисования обычно используется простой карандаш 2М, так как при употреблении этого карандаша наиболее ярко видны изменения в силе нажима.

Инструкция для испытуемого: «Нарисуйте, пожалуйста, дом, дерево и человека». На все его уточняющие вопросы испытуемого следует отвечать, что он может рисовать так, как захочется. Выполнение теста состоит из двух заданий: 1 задание- рисование, вторая- беседа после рисования. Необходимо наблюдать за тем, как пожилой человек рисует. Все высказывания записываются психологом и

отмечаются какие-либо непривычные движения. Когда человек заканчивает рисовать, ему задаются вопросы о его рисунках. Опрос обычно начинается с рисунка человека. Спрашивают, когда он рисовал, возраст нарисованного. Что он делает, какое у него настроение и вообще, кто нарисован.

Качественный анализ проводится с учетом формальных и содержательных аспектов рисунка. Информативными признаками рисунка считаются, например, расположение рисунка на листе бумаги, а также пропорции отдельных частей рисунка, величина, каким стилем раскрашивается, какова сила нажима карандаша, стирание рисунка ластиком или его частей, выделения отдельных деталей рисунка. Кроме того, содержательные аспекты включают в себя особенности, движение а также настроение нарисованного объекта.

Для анализа рисунков используются также следующие аспекты оценки как детали рисунков, их пропорции, а также перспектива. Вообще, детали рисунка представляют осознание и заинтересованность человека в каждодневной ситуации. Испытуемый показывает в своем рисунке, какие детали имеют для него личностную значимость несколькими способами: позитивными (если во время работы над рисунком подчеркивает или стирает некоторые детали рисунка, если возвращается к ним) или негативным (если пропускает основные детали рисуемых объектов).

Интерпретация таких значимых деталей или комплексов деталей может выявить также некоторые конфликты, страхи, переживания.. Но интерпретировать значение таких деталей следует с учетом всех рисунков, а также в сотрудничестве с рисующим, так как символическое значение деталей часто бывает индивидуальным. Если отсутствуют такие основные детали рисунка у человека, как рот или глаза, может указывать на трудности в человеческом общении или его отрицании общения. Необходимо обратить внимание на то, что чаще всего больные с опорно-двигательным аппаратом, чаще рисовали людей или самого себя с руками, спрятанными за спину, а также без ног, или с каким-либо образом выделенными

руками или ногами. Это указывает на переживания испытуемых в связи с болезненностью суставов, часто их деформацией.

Также можно сказать и о пропорции рисунка иногда отражают психологическую значимость, важность и ценность вещей, ситуаций или отношений, которые также непосредственно или символически представлены в рисунке дома, дерева, человека. Пропорция в этом случае, может рассматриваться как отношение целого рисунка к данному пространству бумаги, или как отношение одной части целого рисунка к другой. Так если нарисован очень маленький рисунок человека может показать чувство неадекватности субъекта в его психологическом окружении. Считается, что перспектива показывает более сложное отношение человека к его психологическому окружению. При оценке перспективы чаще всего внимание обращается на положение рисунка на листе по отношению к зрителю (взгляд сверху или снизу), а также на взаимное расположение отдельных частей рисунка, движение нарисованного объекта. Если человек, нарисованный в движении (бегущий, танцующий, играющий) то чаще всего это показывает активное творческое отношение человека к своей жизни.

Для количественной оценки теста ДДЧ общепринятые качественные показатели были сгруппированы в следующие симптомокомпоненты (Приложение Г).

1. Незащищенность человека;
2. Тревожность испытуемого;
3. Недоверие самого к себе;
4. Чувство неполноценности у человека;
5. Враждебность ко всему;
6. Конфликт (фрустрация);
7. Трудности в общении с окружающими;

## 8. Депрессивность человека.

Каждый такой симптомокомплекс состоит из ряда показателей, которые необходимо оценить баллами. Если показатель отсутствует, то необходимо ставить ноль во всех случаях. Другие присутствующие признаки оцениваются в зависимости от степени выраженности. Так, наличие облаков на одном рисунке – 1 балл, на двух – 2 балла, а на всех трех – 3 балла (симптомокомплекс «Тревожность испытуемого»). При наличии большинства признаков ставится 1 или 3 балла в зависимости от значимости данного признака в интерпретации отдельного рисунка или всей целостности рисунка теста. Если отсутствуют основные детали лица (глаз, носа или рта) – 2 балла (симптомокомплекс «Трудности в общении с окружающими» (см. Приложение Б). Выраженность симптомокомплекса показывает сумма баллов всех показателей данного симптомокомплекса.

Интерпретировать рисунки дома, дерева и человека можно только тогда, когда человек их нарисовал в стандартной тестовой ситуации. Если испытуемый во время теста рисует только дом, или дом в каком-нибудь пейзаже, то понятно, что оценка расположения дома на его листе, его величина, перспектива и дополнительные детали также будут существенно различаться. Необходимо при интерпретации исходить из целостности всех рисунков. Наличие только одного признака не свидетельствует о наличии определенной психологической особенности. Иногда возникшие какие-то гипотезы можно проверять в беседе с пожилым человеком. Испытуемому очень интересно самому узнать, что о нем говорят его личные рисунки. Психолог должен строить беседу так, чтобы какая-либо характеристика не стала штампом, которая негативно может влиять на формирование дальнейшего характера человека, избегая явной оценки выявленных психологических особенностей, можно наметить возможные пути коррекции в характере.

Тест ДДЧ особенно целесообразно применять в начале психологической консультации потому, что он может показать, какова основная проблема эмоциональная или какая-то иная.



Если человек рисует заметно хуже, чем большинство других испытуемых, если на рисунках плохая перспектива и неадекватные пропорции, не присутствуют основные детали рисуемых объектов, если качество плохое во всех трех рисунках, тогда можно думать о возможной деменции. Если среди рисунков только один выделяется плохим качеством, можно полагать, что он вызывает наиболее яркую эмоциональную реакцию рисующего. Когда по рисункам выявляется большая выраженность нескольких симптомокомплексов, можно предположить, что для данного человека важно разрешение эмоциональных проблем. Конечно, часто бывает, что у испытуемого личностные и эмоциональные проблемы могут возникнуть вследствие невозможности соответствовать нужному психологическому или интеллектуальному уровню. Это тоже обычно проецируется в рисунках. Рисунки теста ДДЧ могут показывать органическую дисфункцию ЦНС и других заболеваний. Существует пять показателей органического поражения ЦНС:

1. Двойные линии в рисунках;
2. Несоединенные между собой линии в рисунке;
3. Сильный уклон нарисованной фигуры у человека;
4. Очень большая голова у нарисованного человека;
5. Голова, неадекватно выделенная в рисунке у человека.

Присутствие более трех признаков в рисунках у испытуемых дает основание предполагать, что у рисовавшего человека органическое поражение ЦНС. Эти люди требуют особого внимания.

### 2.3 Анализ результатов эмпирического исследования

После знакомства с респондентами, налаживания контакта было проведен короткий опрос в марте 2016г., с целью исследования проблем, волнующих людей в

поздней зрелости в условиях стационара и дома. Результаты представлены в таблицах 5 и 6

Таблица 5

Исследования проблем в поздней зрелости, проживающих в учреждении

Возрастные группы	Испытывают проблем с бытовым обслуживанием	Испытывают проблемы со здоровьем, что влияет на их качество жизни	Испытывают проблемы психологического плана (одиночество, страх, непонимание, общение)	Иные проблемы (материальные, духовные)
65-92 (женщины)	20%	100%	15%	10%
65-92 (мужчины)	20%	100%	20%	10%

Таблица 6

Исследования проблем в поздней зрелости у проживающих дома.

Возрастные группы	Испытывают проблем с бытовым обслуживанием	Испытывают проблемы со здоровьем, что влияет на их качество жизни	Испытывают проблемы психологического плана (одиночество, страх, непонимание, общение)	Иные проблемы (материальные, духовные)
65-92 (женщины)	80%	100%	60%	80%

65-92 (мужчины)	80%	100%	80%	90%
--------------------	-----	------	-----	-----

Результаты исследования показали, проживающие в учреждении меньше всего обеспокоены материальными трудностями, духовными, психологическими, бытовыми (от 10-20%) В основном исследуемые довольны социально-бытовыми условиями жизни, в отличие от проживающих дома.

Проживающие дома практически все испытывают проблемы с бытовым обслуживанием (80%). Они испытывают страх перед завтрашним днем (100%). У них материальные проблемы (от 80-90%).

Практически все испытуемые в двух группах испытывают проблемы со здоровьем, которые связаны с негативными изменениями, происходящими в организме в этом возрасте, что безусловно влияет на качество жизни (100%).

После выявления спектра проблем у респондентов, была поставлена задача выяснить критерии психологических проблем у лиц, проживающих в учреждении и дома.

Исследования психологических проблем у лиц проживающих в учреждении и дома представлены в таблицах 7 и 8.

Таблица 7

Исследование психологических проблем у проживающих дома.

№	Наименование психологической проблемы	65-70 лет	71-75 лет	76-80 лет	81-85 лет	86-92 лет
1	Нехватка общения	40%	45%	50%	60%	70%
2	Одиночество	40%	50%	60%	70%	70%
3	Отсутствие жизненных планов	20%	30%	40%	70%	100%

4	Страх смерти	80%	60%	40%	30%	10%
5	Невозможность исправить жизненные ошибки	60%	65%	70%	55%	30%
6	Боязнь новых болезней	90%	80%	50%	30%	20%

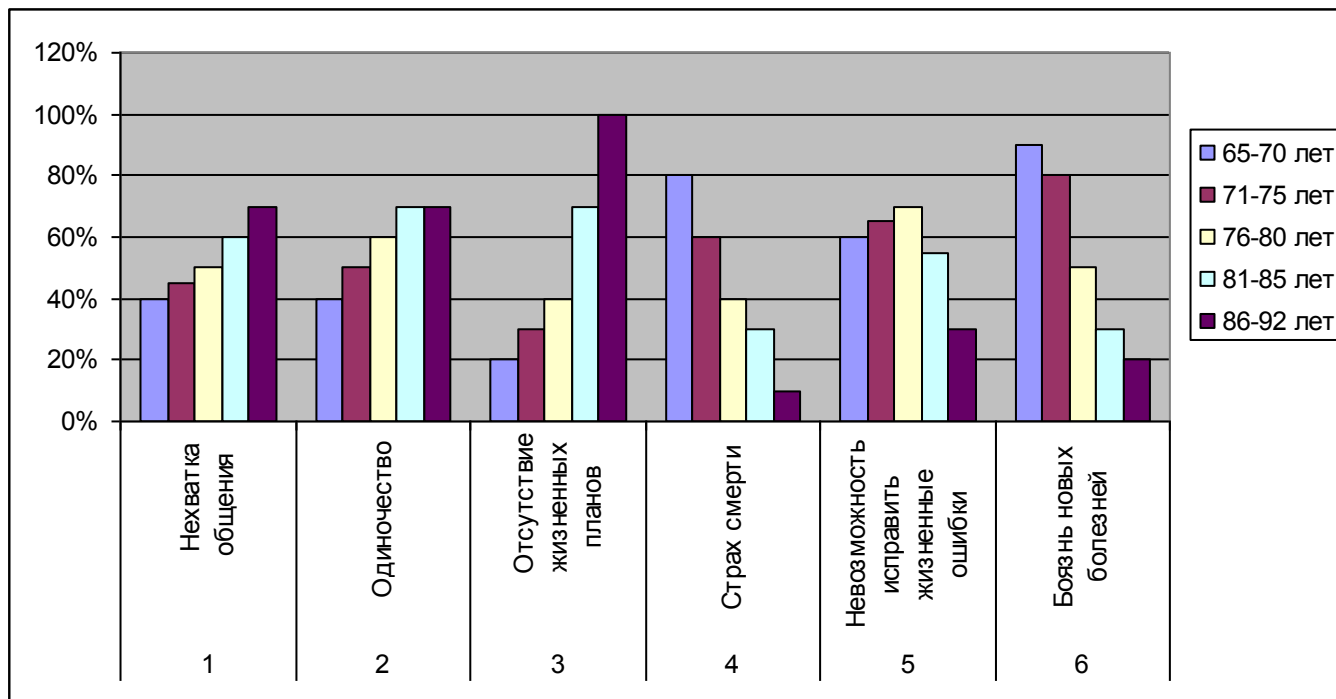


Рисунок 1. Исследование психологических проблем 65-92 года проживающих дома.

Таблица 8

#### Исследование психологических проблем у проживающих в учреждении

№	Наименование психологической проблемы	65-70 лет	71-75 лет	76-80 лет	81-85 лет	86-92 лет
1	Нехватка общения	5%	10%	13%	17%	17%
2	Одиночество	15%	20%	20%	20%	20%
3	Отсутствие жизненных планов	40%	55%	65%	70%	100%
4	Страх смерти	80%	60%	40%	30%	10%

5	Невозможность исправить жизненные ошибки	30%	33%	40%	44%	55%
6	Боязнь новых болезней	90%	80%	50%	30%	20%

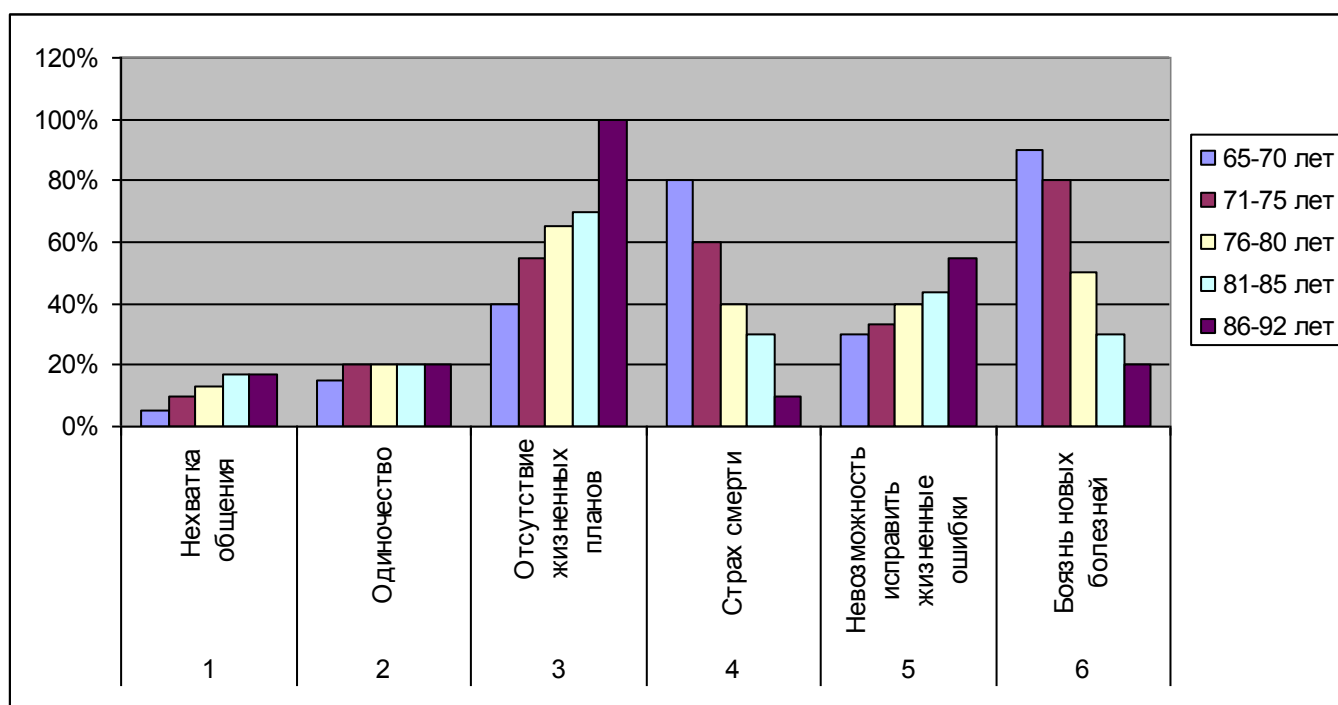


Рисунок 2. Исследование психологических проблем 65-92 года проживающих в учреждении.

Результаты исследования показали, что проживающие в учреждении практически не испытывают нехватки в общении, испытывают лишь от 5% до 17% опрошенных. Их день насыщен различными мероприятиями, каждый день с ними проводятся занятия, приезжают волонтеры, музыканты и т.д. Чего не скажешь о проживающих дома. Им не достает общения (от 40 до 70%) С возрастом нехватка общения увеличивается.

Больше всего проживающие дома и в учреждении испытывают боязнь перед новыми болезнями и смертью. Необходимо отметить, что с возрастом у 2-х групп данные проблемы уже не так актуальны и страшны. С прогрессированием возраста, для людей в поздней зрелости в 2-х группах уже не стоит вопрос о жизненных планах.

## Анализ результатов по Методике «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф адаптация Шевеленковой Т.Д., Фесенко П.П.

Результаты исследования психологического благополучия получателей социальных услуг, проживающих в учреждении социального обслуживания, и проживающих дома, представлены в таблицах 9- 16.

Таблица 9

Результаты изучения психологического благополучия, проживающих в учреждении социальных услуг проживающих в учреждении социального обслуживания.

№	Критерий	Сред.зна ч.	дисперсия	мода	min	max	Уровень
1	Позитивные отношения	65,2	38,9	68	51	79	средний
2	Автономия	58,9	69,2	56	49	75	средний
3	Управление средой	68,6	51,8	68	53	79	средний
4	Личностный рост	71,2	21,3	69	61	79	средний
5	Цели в жизни	70,6	63,0	73	52	79	средний
6	Самопринятие	65,0	26,5	63	51	75	средний
	Психологическое благополучие	399,6	321,4	396	362	436	средний

### Интерпретация результатов

Уровень	Позитивные отношения	Автономия	Управление средой	Личностный рост	Цели в жизни	Самопринятие	Психологическое благополучие
низкий	< 53	< 48	< 51	< 53	< 54	< 49	< 315
средний	53-74	48-62	51-71	53-71	54-75	49-71	315-413
высокий	75-84	63-84	72-84	72-84	76-84	72-84	414-504

Измерение психологического благополучия, одиноких, проживающих дома.

Таблица 10

№	критерии	сред.знач.	дисперсия	мода	min	max	Уровень
1	Позитивные отношения	47,0	48,5	41	29	56	низкий
2	Автономия	40,8	35,1	37	37	56	низкий
3	Управление средой	43,1	27,0	46	33	52	низкий
4	Личностный рост	42,4	19,1	43	33	54	низкий
5	Цели в жизни	38,5	35,8	39	26	48	низкий
6	Самопринятие	49,3	38,2	44	37	60	средний
	Психологическое благополучие	263,9	258,3	276	218	285	низкий

Интерпретация результатов

Уровень	Позитивные отношения	Автономия	Управление средой	Личностный рост	Цели в жизни	Самопринятие	Психологическое благополучие
низкий	< 53	< 48	< 51	< 53	< 54	< 49	< 315
средний	53-74	48-62	51-71	53-71	54-75	49-71	315-413
высокий	75-84	63-84	72-84	72-84	76-84	72-84	414-504

Таблица 11

Расчет t-критерия Стьюдента по критерию «Позитивные отношения»

№ п/п	Выборки		Отклонения от среднего		Квадраты отклонений	
	В.1- проживающие дома	В.2- проживающие в учреждении	В.1	В.2	В.1	В.2
1	29.0	65.0	-18	-0.23	324	0.0529
2	33.0	60.0	-14	-5.23	196	27.3529
3	40.0	72.0	-7	6.77	49	45.8329
4	34.0	63.0	-13	-2.23	169	4.9729
5	41.0	68.0	-6	2.77	36	7.6729
6	48.0	58.0	1	-7.23	1	52.2729

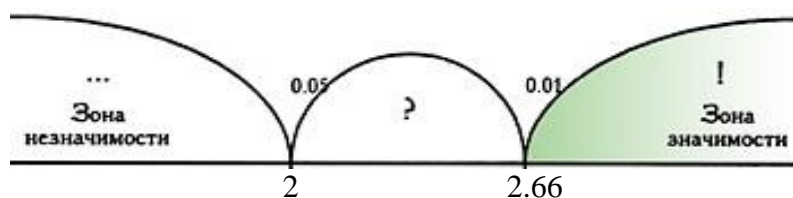
7	54.0	68.0	7	2.77	49	7.6729
8	53.0	61.0	6	-4.23	36	17.8929
9	48.0	58.0	1	-7.23	1	52.2729
10	43.0	57.0	-4	-8.23	16	67.7329
11	47.0	56.0	0	-9.23	0	85.1929
12	48.0	67.0	1	1.77	1	3.1329
13	51.0	58.0	4	-7.23	16	52.2729
14	53.0	51.0	6	-14.23	36	202.4929
15	55.0	61.0	8	-4.23	64	17.8929
16	52.0	69.0	5	3.77	25	14.2129
17	55.0	67.0	8	1.77	64	3.1329
18	56.0	68.0	9	2.77	81	7.6729
19	53.0	65.0	6	-0.23	36	0.0529
20	54.0	68.0	7	2.77	49	7.6729
21	51.0	68.0	4	2.77	16	7.6729
22	50.0	69.0	3	3.77	9	14.2129
23	47.0	68.0	0	2.77	0	7.6729
24	49.0	67.0	2	1.77	4	3.1329
25	47.0	59.0	0	-6.23	0	38.8129
26	45.0	74.0	-2	8.77	4	76.9129
27	51.0	74.0	4	8.77	16	76.9129
28	41.0	79.0	-6	13.77	36	189.6129
29	41.0	69.0	-6	3.77	36	14.2129
30	41.0	70.0	-6	4.77	36	22.7529
Суммы:	1410	1957	0	0.1	1406	1129.367
Среднее:	47	65.23				

**Результат:  $t_{Эмп} = 10.7$**

Критические значения

$t_{кр}$	
$p \leq 0.05$	$p \leq 0.01$
<b>2</b>	<b>2.66</b>





Полученное эмпирическое значение  $t$  (10.7) находится в зоне значимости.

Таблица 12

Расчет t-критерия Стьюдента по критерию «Автономия»

№	Выборки		Отклонения от среднего		Квадраты отклонений	
	В.1 проживающие дома»	В.2- проживающие в учреждении	В.1	В.2	В.1	В.2
1	54	56	13.2	-2.93	174.24	8.5849
2	40	53	-0.8	-5.93	0.64	35.1649
3	55	53	14.2	-5.93	201.64	35.1649
4	47	49	6.2	-9.93	38.44	98.6049
5	46	60	5.2	1.07	27.04	1.1449
6	56	51	15.2	-7.93	231.04	62.8849
7	44	52	3.2	-6.93	10.24	48.0249
8	42	54	1.2	-4.93	1.44	24.3049
9	37	56	-3.8	-2.93	14.44	8.5849
10	41	56	0.2	-2.93	0.04	8.5849
11	49	75	8.2	16.07	67.24	258.2449
12	43	49	2.2	-9.93	4.84	98.6049
13	37	71	-3.8	12.07	14.44	145.6849
14	37	74	-3.8	15.07	14.44	227.1049
15	37	60	-3.8	1.07	14.44	1.1449
16	37	53	-3.8	-5.93	14.44	35.1649
17	37	54	-3.8	-4.93	14.44	24.3049
18	37	63	-3.8	4.07	14.44	16.5649
19	37	64	-3.8	5.07	14.44	25.7049
20	37	54	-3.8	-4.93	14.44	24.3049
21	37	56	-3.8	-2.93	14.44	8.5849
22	37	74	-3.8	15.07	14.44	227.1049
23	37	51	-3.8	-7.93	14.44	62.8849

24	37	59	-3.8	0.07	14.44	0.0049
25	37	56	-3.8	-2.93	14.44	8.5849
26	37	59	-3.8	0.07	14.44	0.0049
27	37	52	-3.8	-6.93	14.44	48.0249
28	37	56	-3.8	-2.93	14.44	8.5849
29	37	74	-3.8	15.07	14.44	227.1049
30	41	74	0.2	15.07	0.04	227.1049
Суммы:	1224	1768	0	0.1	1016.8	2005.867
Среднее:	40.8	58.93				

Результат:  $t_{Эмп} = 9.7$

Критические значения

$t_{кр}$	
$p \leq 0.05$	$p \leq 0.01$
<b>2</b>	<b>2.66</b>

Полученное эмпирическое значение  $t$  (9.7) находится в зоне значимости.

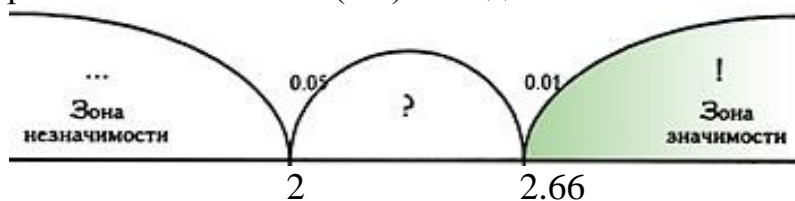


Таблица 13

Расчет t-критерия Стьюдента по критерию «Управления средой».

№	Выборки		Отклонения от среднего		Квадраты отклонений	
	В.1 проживающие дома	В.2 проживающие в учреждении	В.1	В.2	В.1	В.2
1	41	69	-2.07	0.40	4.2849	0.16
2	33	68	-10.07	-0.59	101.4049	0.36
3	37	65	-6.07	-3.6	36.8449	12.96
4	33	60	-10.07	-8.6	101.4049	73.96
5	37	71	-6.07	2.4	36.8449	5.76
6	49	64	5.93	-4.6	35.1649	21.16
7	35	64	-8.07	-4.6	65.1249	21.16

8	37	70	-6.07	1.4	36.8449	1.96
9	42	76	-1.07	7.4	1.1449	54.76
10	46	78	2.93	9.4	8.5849	88.36
11	49	78	5.93	9.4	35.1649	88.36
12	46	76	2.93	7.4	8.5849	54.76
13	38	79	-5.07	10.4	25.7049	108.16
14	39	76	-4.07	7.4	16.5649	54.76
15	46	68	2.93	-0.59	8.5849	0.36
16	52	60	8.93	-8.6	79.7449	73.96
17	50	63	6.93	-5.6	48.0249	31.36
18	48	68	4.93	-0.59	24.3049	0.36
19	48	53	4.93	-15.6	24.3049	243.36
20	45	75	1.93	6.4	3.7249	40.96
21	45	79	1.93	10.4	3.7249	108.16
22	39	78	-4.07	9.4	16.5649	88.36
23	41	63	-2.07	-5.6	4.2849	31.36
24	41	69	-2.07	0.40	4.2849	0.16
25	44	74	0.93	5.4	0.8649	29.16
26	47	68	3.93	-0.59	15.4449	0.36
27	47	56	3.93	-12.6	15.4449	158.76
28	45	60	1.93	-8.6	3.7249	73.96
29	46	63	2.93	-5.6	8.5849	31.36
30	46	67	2.93	-1.6	8.5849	2.56
Суммы:	1292	2058	-0.1	0	783.867	1501.2
Среднее:	43.07	68.6				

Результат:  $t_{\text{Эмп}} = 15.8$

Критические значения

$t_{\text{кр}}$	
$p \leq 0.05$	$p \leq 0.01$
<b>2</b>	<b>2.66</b>

Полученное эмпирическое значение  $t$  (15.8) находится в зоне значимости.

Таблица 14

Расчет t-критерия Стьюдента по критерию «Личностный рост»

№	Выборки		Отклонения от среднего		Квадраты отклонений	
	В.1 проживающие дома	В.2 проживающие в учреждении	В.1	В.2	В.1	В.2
1	54	72	11.63	1.13	135.2569	1.2769
2	43	70	0.63	-0.87	0.3969	0.7569
3	45	61	2.63	-9.87	6.9169	97.4169
4	41	70	-1.37	-0.87	1.8769	0.7569
5	42	64	-0.37	-6.87	0.1369	47.1969
6	49	72	6.63	1.13	43.9569	1.2769
7	45	67	2.63	-3.87	6.9169	14.9769
8	46	71	3.63	0.13	13.1769	0.0169
9	37	67	-5.37	-3.87	28.8369	14.9769
10	41	69	-1.37	-1.87	1.8769	3.4969
11	40	68	-2.37	-2.87	5.6169	8.2369
12	36	73	-6.37	2.13	40.5769	4.5369
13	38	69	-4.37	-1.87	19.0969	3.4969
14	37	62	-5.37	-8.87	28.8369	78.6769
15	43	69	0.63	-1.87	0.3969	3.4969
16	38	76	-4.37	5.13	19.0969	26.3169
17	37	76	-5.37	5.13	28.8369	26.3169
18	49	79	6.63	8.13	43.9569	66.0969
19	48	78	5.63	7.13	31.6969	50.8369
20	47	76	4.63	5.13	21.4369	26.3169
21	45	69	2.63	-1.87	6.9169	3.4969
22	47	73	4.63	2.13	21.4369	4.5369
23	42	74	-0.37	3.13	0.1369	9.7969
24	39	79	-3.37	8.13	11.3569	66.0969
25	41	74	-1.37	3.13	1.8769	9.7969
26	40	75	-2.37	4.13	5.6169	17.0569
27	40	71	-2.37	0.13	5.6169	0.0169
28	39	65	-3.37	-5.87	11.3569	34.4569
29	43	72	0.63	1.13	0.3969	1.2769

30	39	65	-3.37	-5.87	11.3569	34.4569
Суммы:	1271	2126	-0.1	-0.1	554.967	657.467
Среднее:	42.37	70.87				

Результат:  $t_{\text{эмп}} = 24.2$

Критические значения



Полученное эмпирическое значение  $t$  (24.2) находится в зоне значимости.

Таблица 15

Расчет  $t$ -критерия Стьюдента по критерию «Цели в жизни».

№	Выборки		Отклонения от среднего		Квадраты отклонений	
	В.1 проживающие дома (баллы, сырые данные по критерию «Цели в жизни»	В.2 проживающие учреждении (баллы, сырые данные по критерию «Цели в жизни»	В.1	В.2	В.1	В.2
1	36	73	-2.53	2.4	6.4009	5.76
2	31	69	-7.53	-1.6	56.7009	2.56
3	26	75	-12.53	4.4	157.0009	19.36
4	26	73	-12.53	2.4	157.0009	5.76
5	30	68	-8.53	-2.6	72.7609	6.76
6	26	52	-12.53	-18.6	157.0009	345.96
7	48	76	9.47	5.4	89.6809	29.16
8	47	67	8.47	-3.6	71.7409	12.96
9	39	57	0.47	-13.6	0.2209	184.96
10	40	52	1.47	-18.6	2.1609	345.96

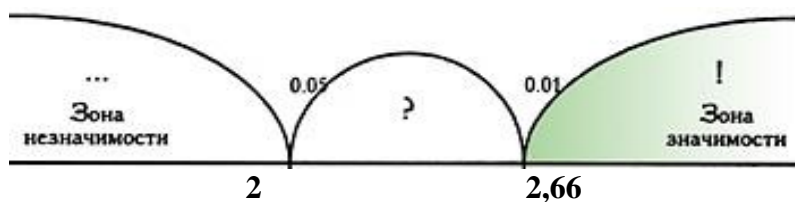
11	36	73	-2.53	2.4	6.4009	5.76
12	35	75	-3.53	4.4	12.4609	19.36
13	37	70	-1.53	-0.59	2.3409	0.36
14	39	53	0.47	-17.6	0.2209	309.76
15	37	73	-1.53	2.4	2.3409	5.76
16	41	76	2.47	5.4	6.1009	29.16
17	37	78	-1.53	7.4	2.3409	54.76
18	40	73	1.47	2.4	2.1609	5.76
19	40	76	1.47	5.4	2.1609	29.16
20	42	78	3.47	7.4	12.0409	54.76
21	42	75	3.47	4.4	12.0409	19.36
22	41	78	2.47	7.4	6.1009	54.76
23	42	73	3.47	2.4	12.0409	5.76
24	48	79	9.47	8.4	89.6809	70.56
25	46	65	7.47	-5.6	55.8009	31.36
26	41	74	2.47	3.4	6.1009	11.56
27	41	79	2.47	8.4	6.1009	70.56
28	39	69	0.47	-1.6	0.2209	2.56
29	39	76	0.47	5.4	0.2209	29.16
30	44	63	5.47	-7.6	29.9209	57.76
Суммы:	1156	2118	0.1	0	1037.467	1827.2
Среднее:	38.53	70.6				

Результат:  $t_{Эмп} = 17.7$

Критические значения

$t_{кр}$	
$p \leq 0.05$	$p \leq 0.01$
<b>2</b>	<b>2.66</b>

Ось значимости:



Полученное эмпирическое значение  $t$  (17.7) находится в зоне значимости.

Таблица 16

Расчет  $t$ -критерия Стьюдента по критерию «Самопринятие»

№	Выборки		Отклонения от среднего		Квадраты отклонений	
	В.1 проживающие дома	В.2 проживающие в учреждении	В.1	В.2	В.1	В.2
1	47	61	-2.33	-4	5.4289	16
2	38	51	-11.33	-14	128.3689	196
3	46	68	-3.33	3	11.0889	9
4	46	67	-3.33	2	11.0889	4
5	51	64	1.67	-1	2.7889	1
6	48	65	-1.33	0	1.7689	0
7	37	60	-12.33	-5	152.0289	25
8	38	57	-11.33	-8	128.3689	64
9	39	62	-10.33	-3	106.7089	9
10	44	63	-5.33	-2	28.4089	4
11	48	63	-1.33	-2	1.7689	4
12	49	69	-0.33	4	0.1089	16
13	47	69	-2.33	4	5.4289	16
14	44	60	-5.33	-5	28.4089	25
15	44	61	-5.33	-4	28.4089	16
16	49	69	-0.33	4	0.1089	16
17	55	63	5.67	-2	32.1489	4
18	52	71	2.67	6	7.1289	36
19	53	69	3.67	4	13.4689	16
20	54	65	4.67	0	21.8089	0
21	54	74	4.67	9	21.8089	81
22	51	64	1.67	-1	2.7889	1
23	56	67	6.67	2	44.4889	4
24	56	59	6.67	-6	44.4889	36
25	55	75	5.67	10	32.1489	100

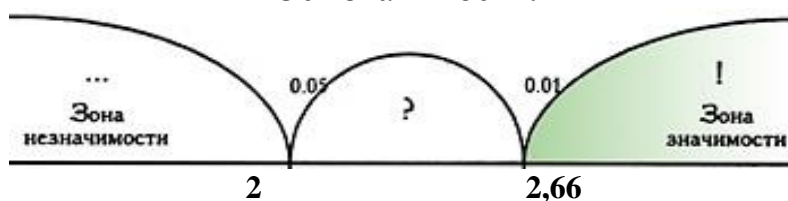
26	55	68	5.67	3	32.1489	9
27	58	63	8.67	-2	75.1689	4
28	60	63	10.67	-2	113.8489	4
29	53	69	3.67	4	13.4689	16
30	53	71	3.67	6	13.4689	36
Суммы:	1480	1950	0.1	0	1108.667	768
Среднее:	49.33	65				

Результат:  $t_{\text{Эмп}} = 10.7$

Критические значения

$t_{\text{кр}}$	
$p \leq 0.05$	$p \leq 0.01$
<b>2</b>	<b>2.66</b>

Ось значимости:



Полученное эмпирическое значение  $t$  (10.7) находится в зоне значимости.

Анализируя значимые различия между двумя группами испытуемых статистический анализ показал, что группа испытуемых, проживающих в учреждении и дома имеют значимые различия по показателям шкал: «Позитивные отношения» ( $t=10,7$ ) «Автономия» ( $t=9,7$ ) «Управление средой» ( $t=15,8$ ) «Личностный рост» ( $t=24,2$ ) «Цель в жизни» ( $t=17,7$ ), «Самопринятие» ( $t=10,7$ ).

Рассмотрим выявленные различия более детально. Так, проживающие в учреждении имеют средний уровень по шкале «Позитивные отношения» указывает на то, что в среднем у них достаточное количество доверительных отношений с окружающими, но им не всегда хочется быть открытыми, проявлять теплоту и заботиться о других; в межличностных взаимоотношениях, они как правило,



избирательны. Не всегда идут на компромиссы для поддержания важных связей с окружающими, они способны сопереживать (ср. балл. 65,2). Указанные данные отличаются от проживающих дома одиноких людей в поздней зрелости, которые имеют низкий уровень по шкале «Позитивные отношения» это говорит о том, что в среднем, респонденты имеют ограниченное количество доверительных отношений с окружающими: им сложно быть открытыми, в межличностных взаимоотношениях, не желает идти на компромиссы для поддержания важных связей с окружающими (ср. балл 40,8).

Средний уровень по шкале «Автономия» характеризует респондентов проживающих в учреждении как не всегда самостоятельных и независимых людей, способных противостоять попыткам общества заставить и думать определенным образом, они не всегда самостоятельно регулируют свое поведение и оценивают себя в соответствии с личными критериями (ср. балл.58,9). Данные показатели отличаются от показателей лиц, проживающих дома, которые показали низкий уровень по шкале «Автономия» (ср. балл 40,8), что говорит о зависимости от мнения и оценки окружающих, полагается при решении на мнения других. Низкий уровень по шкале «Управление средой» характеризует респондентов, как людей, которые испытывают сложности в организации повседневной деятельности, чувствует себя неспособным изменить или улучшить складывающиеся обстоятельства.

У проживающих в учреждении также выражен средний уровень и по шкале «Управление средой» (ср. балл 68,6), который указывает на то, что респонденты не всегда умеют организовать свой день, стараются улучшить складывающиеся обстоятельства, пытаются изменить ситуации к лучшему. У одиноких людей, периода поздней зрелости, проживающих дома сложился низкий уровень по шкале «Позитивные отношения» и указывает на то, в среднем, респонденты имеют ограниченное количество доверительных отношений с окружающими: им сложно быть открытыми, в межличностных взаимоотношениях, не желает идти на компромиссы для поддержания важных связей с окружающими.

По шкале «Личностный рост», средний уровень у проживающих в учреждении (ср. балл 71,2) говорит о том, что респонденты обладают чувством непрекращающегося развития, воспринимает себя «растущим» и самореализовывающимся, открыт новому опыту, испытывает чувство реализации своего потенциала, наблюдает улучшения в себе и своих действиях с течением времени; изменяется в соответствии с собственными познаниями и достижениями. Однако, иногда замечают угасание интереса. У проживающих дома низкий уровень по шкале «Личностный рост» у них формируется осознание и отсутствие собственного развития, они не испытывают чувства улучшения или самореализации, испытывает скуку и не имеет интереса к жизни, ощущает неспособность устанавливать новые отношения или изменить свое поведение( 42,4).

Средний уровень по Шкале «Цель в жизни» сформировался у проживающих в учреждении и показывает, что респонденты не всегда целеустремленны( ср.балл.70,6). У них также средний уровень по шкале «Самопринятие», который характеризует респондентов которые позитивно, но не всегда знают и принимают различные свои стороны, включая хорошие и плохие качества, положительно оценивают свое прошлое( ср. балл 65,0). У проживающих дома низкий уровень по шкале «Цель в жизни». Как правило лишены смысла в жизни; имеет мало целей или намерений; отсутствует чувство направленности, не находит цели в своей прошлой жизни; не имеет перспектив или убеждений, определяющих смысл жизни( ср. балл 38,5). Средний уровень по шкале «Самопринятие» характеризует респондентов, проживающих дома как позитивно, но не всегда знающих и принимающих различные свои стороны, включая хорошие и плохие качества, положительно оценивающие свое прошлое (ср.балл 49,3).

На основании изложенного, проживающие в учреждении социального обслуживания имеют особенности по критериям «Позитивные отношения», «Автономия» «Управление средой», «Личностный рост», «Цель в жизни» , «Самопринятие». Ярko выражены по критерию t-Стьюдента следующие шкалы «Личностный рост», «Цели в жизни».

**Анализ результатов по шкале субъективного благополучия (автор французский психолог А. Перуэ-Баду. Русскоязычная адаптация методики выполнена М. В. Соколовой).**

Результаты исследования психологического благополучия получателей социальных услуг, проживающих в учреждении социального обслуживания, и проживающих дома, представлены в таблицах 17- 25.

**Шкала субъективного благополучия у проживающих дома**

Таблица 17

критерий	сред.знач	дисперсия	мода	max	min	медиана	процент	частота
Изменения настроения	13,7	22,9	14	21	3	14	45%	95
Степень удовлетворенности повседневной деятельностью	13,1	18,3	12	24	6	12,5	45%	82
Значимость социального окружения	13,2	19,8	14	24	6	14	44%	66
Признаки, сопровождающие основную психоэмоциональную симптоматику	14,7	36,8	20	24	3	15,5	64%	95
Самооценка здоровья	8,5	24,5	6	21	3	6	54%	81
Напряженность и чувствительность	7,7	19,1	6	18	2	6	57%	85
Сумма баллов	71,0	262,4	93	98	38	73,5	90%	134

**Шкала субъективного благополучия в учреждении**

Таблица 18

критерий	сред.знач	дисперсия	мода	max	min	медиана	процент	частота
Изменения настроения	6,4	19,9	2	21	2	5,5	54%	114
Степень удовлетворенности повседневной деятельностью	6,9	14,4	6	16	2	6	52%	94
Значимость социального окружения	6,3	15,1	6	16	2	6	50%	75
Признаки, сопровождающие основную психоэмоциональную симптоматику	7,4	17,7	6	18	2	6	49%	59
Самооценка здоровья	7,3	16,9	3	17	2	6	43%	39

Напряженность и чувствительность	6,1	8,3	6	13	2	6	34%	21
Сумма баллов	40,4	249,7	36	87	25	36	67%	20

Таблица 19

Таблица перевода «сырых баллов» в стены

«Сырой» балл	Стены	«Сырой» балл	Стены
25-33	1	63-70	6
34-40	2	71 -77	7
41 -48	3	78-85	8
49-55	4	86-92	9
56-62	5	93 – 100	10

Таблица 20

Расчет t-критерия Стьюдента по критерию «Изменения настроения»

№	Выборки		Отклонения от среднего		Квадраты отклонений	
	В.1 проживающие дома	В.2 проживающие в учреждении»	В.1	В.2	В.1	В.2
1	2	14	-4.37	0.3	19.0969	0.09
2	2	14	-4.37	0.3	19.0969	0.09
3	6	20	-0.37	6.3	0.1369	39.69
4	4	21	-2.37	7.3	5.6169	53.29
5	9	13	2.63	-0.7	6.9169	0.49
6	6	16	-0.37	2.3	0.1369	5.29
7	10	3	3.63	-10.7	13.1769	114.49
8	2	20	-4.37	6.3	19.0969	39.69
9	13	12	6.63	-1.7	43.9569	2.89
10	21	7	14.63	-6.7	214.0369	44.89
11	10	13	3.63	-0.7	13.1769	0.49
12	2	12	-4.37	-1.7	19.0969	2.89
13	2	16	-4.37	2.3	19.0969	5.29
14	5	14	-1.37	0.3	1.8769	0.09
15	3	16	-3.37	2.3	11.3569	5.29
16	10	7	3.63	-6.7	13.1769	44.89
17	6	4	-0.37	-9.7	0.1369	94.09

18	4	6	-2.37	-7.7	5.6169	59.29
19	2	19	-4.37	5.3	19.0969	28.09
20	3	14	-3.37	0.3	11.3569	0.09
21	6	16	-0.37	2.3	0.1369	5.29
22	4	20	-2.37	6.3	5.6169	39.69
23	6	19	-0.37	5.3	0.1369	28.09
24	4	14	-2.37	0.3	5.6169	0.09
25	12	10	5.63	-3.7	31.6969	13.69
26	2	12	-4.37	-1.7	19.0969	2.89
27	13	15	6.63	1.3	43.9569	1.69
28	10	12	3.63	-1.7	13.1769	2.89
29	7	19	0.63	5.3	0.3969	28.09
30	5	13	-1.37	-0.7	1.8769	0.49
Суммы:	191	411	-0.1	0	576.967	664.3
Среднее:	6.37	13.7				

Результат:  $t_{Эмп} = 6.2$

Критические значения

$t_{кр}$	
$p \leq 0.05$	$p \leq 0.01$
<b>2</b>	<b>2.66</b>

Полученное эмпирическое значение  $t$  (6.2) находится в зоне значимости

Таблица 21

Расчет t-критерия Стьюдента по критерию «степень удовлетворенности  
повседневной деятельностью»

№	Выборки		Отклонения от среднего		Квадраты отклонений	
	В.1 проживающие дома	В.2 проживающие в учреждении	В.1	В.2	В.1	В.2
1	6	12	-0.8	-1.13	0.64	1.2769
2	5	15	-1.8	1.87	3.24	3.4969
3	2	14	-4.8	0.87	23.04	0.7569
4	6	24	-0.8	10.87	0.64	118.1569

5	6	14	-0.8	0.87	0.64	0.7569
6	6	14	-0.8	0.87	0.64	0.7569
7	10	12	3.2	-1.13	10.24	1.2769
8	14	12	7.2	-1.13	51.84	1.2769
9	5	7	-1.8	-6.13	3.24	37.5769
10	16	10	9.2	-3.13	84.64	9.7969
11	12	11	5.2	-2.13	27.04	4.5369
12	12	7	5.2	-6.13	27.04	37.5769
13	4	18	-2.8	4.87	7.84	23.7169
14	3	17	-3.8	3.87	14.44	14.9769
15	6	18	-0.8	4.87	0.64	23.7169
16	4	6	-2.8	-7.13	7.84	50.8369
17	6	12	-0.8	-1.13	0.64	1.2769
18	7	8	0.2	-5.13	0.04	26.3169
19	6	15	-0.8	1.87	0.64	3.4969
20	6	12	-0.8	-1.13	0.64	1.2769
21	3	11	-3.8	-2.13	14.44	4.5369
22	10	13	3.2	-0.13	10.24	0.0169
23	9	21	2.2	7.87	4.84	61.9369
24	6	16	-0.8	2.87	0.64	8.2369
25	14	9	7.2	-4.13	51.84	17.0569
26	3	18	-3.8	4.87	14.44	23.7169
27	2	16	-4.8	2.87	23.04	8.2369
28	5	14	-1.8	0.87	3.24	0.7569
29	2	7	-4.8	-6.13	23.04	37.5769
30	8	11	1.2	-2.13	1.44	4.5369
Суммы:	204	394	-0	0.1	412.8	529.467
Среднее:	6.8	13.13				

Результат:  $t_{ЭМП} = 6.1$

Критические значения

$t_{кр}$	
$p \leq 0.05$	$p \leq 0.01$
2	2.66

Полученное эмпирическое значение  $t$  (6.1) находится в зоне значимости.

Таблица 22

Расчет  $t$ -критерия Стьюдента по критерию «значимость социального окружения»

№	Выборки		Отклонения от среднего		Квадраты отклонений	
	В.1 проживающие дома	В.2 проживающие в учреждении	В.1	В.2	В.1	В.2
1	5	14	-1.33	0.77	1.7689	0.5929
2	4	16	-2.33	2.77	5.4289	7.6729
3	6	14	-0.33	0.77	0.1089	0.5929
4	7	24	0.67	10.77	0.4489	115.9929
5	4	17	-2.33	3.77	5.4289	14.2129
6	6	7	-0.33	-6.23	0.1089	38.8129
7	6	14	-0.33	0.77	0.1089	0.5929
8	5	14	-1.33	0.77	1.7689	0.5929
9	6	6	-0.33	-7.23	0.1089	52.2729
10	15	14	8.67	0.77	75.1689	0.5929
11	16	14	9.67	0.77	93.5089	0.5929
12	5	7	-1.33	-6.23	1.7689	38.8129
13	6	20	-0.33	6.77	0.1089	45.8329
14	2	6	-4.33	-7.23	18.7489	52.2729
15	6	14	-0.33	0.77	0.1089	0.5929
16	3	13	-3.33	-0.23	11.0889	0.0529
17	6	17	-0.33	3.77	0.1089	14.2129
18	6	9	-0.33	-4.23	0.1089	17.8929
19	3	14	-3.33	0.77	11.0889	0.5929
20	8	16	1.67	2.77	2.7889	7.6729
21	4	14	-2.33	0.77	5.4289	0.5929
22	12	15	5.67	1.77	32.1489	3.1329
23	2	14	-4.33	0.77	18.7489	0.5929
24	7	20	0.67	6.77	0.4489	45.8329

25	16	7	9.67	-6.23	93.5089	38.8129
26	6	13	-0.33	-0.23	0.1089	0.0529
27	4	6	-2.33	-7.23	5.4289	52.2729
28	2	15	-4.33	1.77	18.7489	3.1329
29	2	9	-4.33	-4.23	18.7489	17.8929
30	10	14	3.67	0.77	13.4689	0.5929
Суммы:	190	397	0.1	0.1	436.667	573.367
Среднее:	6.33	13.23				

Результат:  $t_{ЭМП} = 6.4$

Критические значения

$t_{кр}$	
$p \leq 0.05$	$p \leq 0.01$
<b>2</b>	<b>2.66</b>

Полученное эмпирическое значение  $t$  (6.4) находится в зоне значимости.

Таблица 23

Расчет  $t$ -критерия Стьюдента по критерию «признаки, сопровождающие основную психоэмоциональную симптоматику»

№	Выборки		Отклонения от среднего		Квадраты отклонений	
	В.1 проживающие дома (баллы, сырые данные по критерию признаки, сопровождающие основную психоэмоциональную симптоматику)	В.2 проживающие дома (баллы, сырые данные по критерию признаки, сопровождающие основную психоэмоциональную симптоматику)	В.1	В.2	В.1	В.2
1	14	19	6.57	4.3	43.1649	18.49
2	7	24	-0.43	9.3	0.1849	86.49
3	5	20	-2.43	5.3	5.9049	28.09
4	6	20	-1.43	5.3	2.0449	28.09
5	6	14	-1.43	-0.7	2.0449	0.49
6	6	6	-1.43	-8.7	2.0449	75.69



7	13	15	5.57	0.3	31.0249	0.09
8	12	16	4.57	1.3	20.8849	1.69
9	12	14	4.57	-0.7	20.8849	0.49
10	14	14	6.57	-0.7	43.1649	0.49
11	18	19	10.57	4.3	111.7249	18.49
12	12	9	4.57	-5.7	20.8849	32.49
13	7	14	-0.43	-0.7	0.1849	0.49
14	6	8	-1.43	-6.7	2.0449	44.89
15	9	19	1.57	4.3	2.4649	18.49
16	2	16	-5.43	1.3	29.4849	1.69
17	7	10	-0.43	-4.7	0.1849	22.09
18	2	3	-5.43	-11.7	29.4849	136.89
19	3	20	-4.43	5.3	19.6249	28.09
20	5	23	-2.43	8.3	5.9049	68.89
21	6	19	-1.43	4.3	2.0449	18.49
22	2	20	-5.43	5.3	29.4849	28.09
23	4	12	-3.43	-2.7	11.7649	7.29
24	2	23	-5.43	8.3	29.4849	68.89
25	6	6	-1.43	-8.7	2.0449	75.69
26	9	7	1.57	-7.7	2.4649	59.29
27	3	10	-4.43	-4.7	19.6249	22.09
28	7	20	-0.43	5.3	0.1849	28.09
29	6	3	-1.43	-11.7	2.0449	136.89
30	12	18	4.57	3.3	20.8849	10.89
Суммы:	223	441	0.1	0	513.367	1068.3
Среднее:	7.43	14.7				

Результат:  $t_{Эмп} = 5.4$

Критические значения

$t_{кр}$	
$p \leq 0.05$	$p \leq 0.01$
<b>2</b>	<b>2.66</b>

Полученное эмпирическое значение  $t$  (5.4) находится в зоне значимости.

Таблица 24

Расчет t-критерия Стьюдента по критерию «самооценка здоровья»

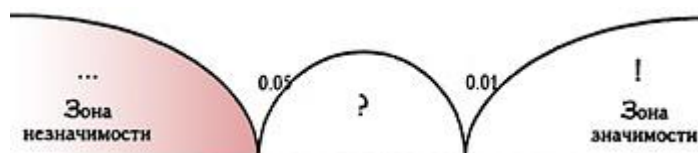
№	Выборки		Отклонения от среднего		Квадраты отклонений	
	В.1	В.2	В.1	В.2	В.1	В.2
1	3	4	-4.2	-4.5	17.64	20.25
2	6	6	-1.2	-2.5	1.44	6.25
3	10	9	2.8	0.5	7.84	0.25
4	3	6	-4.2	-2.5	17.64	6.25
5	9	6	1.8	-2.5	3.24	6.25
6	4	7	-3.2	-1.5	10.24	2.25
7	12	14	4.8	5.5	23.04	30.25
8	3	19	-4.2	10.5	17.64	110.25
9	12	14	4.8	5.5	23.04	30.25
10	15	6	7.8	-2.5	60.84	6.25
11	12	4	4.8	-4.5	23.04	20.25
12	7	8	-0.2	-0.5	0.04	0.25
13	9	6	1.8	-2.5	3.24	6.25
14	3	9	-4.2	0.5	17.64	0.25
15	6	4	-1.2	-4.5	1.44	20.25
16	2	14	-5.2	5.5	27.04	30.25
17	6	9	-1.2	0.5	1.44	0.25
18	3	9	-4.2	0.5	17.64	0.25
19	6	21	-1.2	12.5	1.44	156.25
20	8	14	0.8	5.5	0.64	30.25
21	2	4	-5.2	-4.5	27.04	20.25
22	8	6	0.8	-2.5	0.64	6.25
23	2	6	-5.2	-2.5	27.04	6.25
24	6	14	-1.2	5.5	1.44	30.25
25	17	6	9.8	-2.5	96.04	6.25
26	3	3	-4.2	-5.5	17.64	30.25
27	12	16	4.8	7.5	23.04	56.25
28	9	3	1.8	-5.5	3.24	30.25

29	6	4	-1.2	-4.5	1.44	20.25
30	12	4	4.8	-4.5	23.04	20.25
Суммы:	216	255	0	0	496.8	709.5
Среднее:	7.2	8.5				

Результат:  $t_{\text{эмп}} = 1.1$

Критические значения

$t_{\text{кр}}$	
$p \leq 0.05$	$p \leq 0.01$
2	2.66



Полученное эмпирическое значение  $t$  (1.1) находится в зоне незначимости.

Таблица 25

Расчет  $t$ -критерия Стьюдента по критерию «Напряженность и чувствительность»

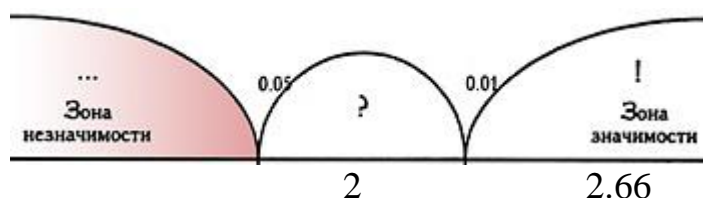
№	Выборки		Отклонения от среднего		Квадраты отклонений	
	В.1 проживающие дома (баллы, сырые данные по критерию «Напряженность и чувствительность»	В.2 проживающие в учреждении (баллы, сырые данные по критерию «Напряженность и чувствительность»	В.1	В.2	В.1	В.2
1	7	15	0.87	7.27	0.7569	52.8529
2	5	18	-1.13	10.27	1.2769	105.4729
3	6	6	-0.13	-1.73	0.0169	2.9929
4	6	3	-0.13	-4.73	0.0169	22.3729
5	6	4	-0.13	-3.73	0.0169	13.9129

6	3	6	-3.13	-1.73	9.7969	2.9929
7	6	4	-0.13	-3.73	0.0169	13.9129
8	9	12	2.87	4.27	8.2369	18.2329
9	6	14	-0.13	6.27	0.0169	39.3129
10	10	6	3.87	-1.73	14.9769	2.9929
11	13	15	6.87	7.27	47.1969	52.8529
12	6	6	-0.13	-1.73	0.0169	2.9929
13	2	5	-4.13	-2.73	17.0569	7.4529
14	6	8	-0.13	0.27	0.0169	0.0729
15	3	6	-3.13	-1.73	9.7969	2.9929
16	5	6	-1.13	-1.73	1.2769	2.9929
17	9	3	2.87	-4.73	8.2369	22.3729
18	4	3	-2.13	-4.73	4.5369	22.3729
19	6	9	-0.13	1.27	0.0169	1.6129
20	3	6	-3.13	-1.73	9.7969	2.9929
21	8	15	1.87	7.27	3.4969	52.8529
22	9	6	2.87	-1.73	8.2369	2.9929
23	6	5	-0.13	-2.73	0.0169	7.4529
24	4	6	-2.13	-1.73	4.5369	2.9929
25	3	6	-3.13	-1.73	9.7969	2.9929
26	13	2	6.87	-5.73	47.1969	32.8329
27	6	9	-0.13	1.27	0.0169	1.6129
28	9	6	2.87	-1.73	8.2369	2.9929
29	2	7	-4.13	-0.73	17.0569	0.5329
30	3	15	-3.13	7.27	9.7969	52.8529
Суммы:	184	232	0.1	0.1	241.467	553.867
Среднее:	6.13	7.73				

Результат:  $t_{Эмп} = 1.7$

Критические значения

$t_{кр}$	
$p \leq 0.05$	$p \leq 0.01$
2	2.66



Полученное эмпирическое значение  $t$  (1.7) находится в зоне не значимости.

Анализируя значимые различия между двумя группами испытуемых статистический анализ показал, что группа испытуемых, проживающих в учреждении и дома имеют значимые различия по показателям шкал: «Признаки, сопровождающие основную психоэмоциональную симптоматику», «значимость социального окружения» «степень удовлетворенности повседневной деятельностью» «Изменения настроения». По показателям «Напряженность и чувствительность», «самооценка здоровья» показатели находятся в зоне не значимости.

Рассмотрим выявленные различия более детально. У проживающих в учреждении умеренный эмоциональный комфорт, они не испытывают серьезных эмоциональных проблем, достаточно уверены в себе в завтрашнем дне, они успешно взаимодействуют с окружающими, они адекватно управляют своим поведением. У проживающих дома несколько иная ситуация. Они характеризуются умеренным субъективным благополучием, серьезные проблемы у них отсутствуют, но и полном эмоциональном комфорте говорить нельзя.

### **Анализ результатов по методике «Шкала удовлетворенности жизнью» (SWLS)**

**автор Э. Динер**

Результаты исследования по шкале «удовлетворенности жизнью» получателей социальных услуг, проживающих в учреждении социального обслуживания и проживающих дома, представлены в таблицах 26- 27.

Таблица 26

Критерий	сред.зна ч.	дисперсия	мода	min	max
Шкала удовлетворенностью жизнью у проживающих в учреждении	19,47	17,8	18	12	27

Шкала удовлетворенностью жизнью у проживающих дома	13,87	17,3	12	6	23
--	-------	------	----	---	----

Таблица 27

Расчет t-критерия Стьюдента по критерию «Шкала удовлетворенности жизнью»

№	Выборки		Отклонения от среднего		Квадраты отклонений	
	В.1 проживающие в учреждении	В.1 проживающие дома	В.1	В.2	В.1	В.2
1	19	11	-0.47	-2.87	0.2209	8.2369
2	20	20	0.53	6.13	0.2809	37.5769
3	23	16	3.53	2.13	12.4609	4.5369
4	18	15	-1.47	1.13	2.1609	1.2769
5	17	13	-2.47	-0.87	6.1009	0.7569
6	21	14	1.53	0.13	2.3409	0.0169
7	20	23	0.53	9.13	0.2809	83.3569
8	17	12	-2.47	-1.87	6.1009	3.4969
9	24	20	4.53	6.13	20.5209	37.5769
10	25	22	5.53	8.13	30.5809	66.0969
11	18	15	-1.47	1.13	2.1609	1.2769
12	20	12	0.53	-1.87	0.2809	3.4969
13	21	11	1.53	-2.87	2.3409	8.2369
14	26	13	6.53	-0.87	42.6409	0.7569
15	27	9	7.53	-4.87	56.7009	23.7169
16	19	6	-0.47	-7.87	0.2209	61.9369
17	21	10	1.53	-3.87	2.3409	14.9769
18	23	12	3.53	-1.87	12.4609	3.4969
19	26	15	6.53	1.13	42.6409	1.2769
20	15	12	-4.47	-1.87	19.9809	3.4969
21	14	10	-5.47	-3.87	29.9209	14.9769
22	12	12	-7.47	-1.87	55.8009	3.4969
23	24	20	4.53	6.13	20.5209	37.5769
24	21	20	1.53	6.13	2.3409	37.5769

25	19	13	-0.47	-0.87	0.2209	0.7569
26	18	11	-1.47	-2.87	2.1609	8.2369
27	12	14	-7.47	0.13	55.8009	0.0169
28	12	9	-7.47	-4.87	55.8009	23.7169
29	14	11	-5.47	-2.87	29.9209	8.2369
30	18	15	-1.47	1.13	2.1609	1.2769
Суммы:	584	416	-0.1	-0.1	517.467	501.467
Среднее:	19.47	13.87				

Результат:  $t_{\text{Эмп}} = 5.2$

Критические значения

$t_{\text{кр}}$	
$p \leq 0.05$	$p \leq 0.01$
<b>2</b>	<b>2.66</b>

Полученное эмпирическое значение  $t$  (5.2) находится в зоне значимости.

Анализируя значимые различия между двумя группами испытуемых статистический анализ показал, что группа испытуемых, проживающих в учреждении и дома имеют значимые различия по показателю шкалы.

Как показали результаты исследования, не удовлетворены жизнью одинокие люди в период поздней зрелости, которые проживают дома (ср. балл 13,87). Такое состояние у них хроническое, необходимо что-то менять, причем не только в жизненных оценках и подходах, но и в активности. Кроме того, такой уровень неудовлетворенности, скорее всего, приводит к низкой эффективности. Им необходим психолог, близкий человек, который настроит их на позитивный лад. Значительно лучше выглядит шкала удовлетворенности жизнью у проживающих в учреждении, где средний балл составляет 19,47. Штат специалистов психологов, специалистов психологов, культорганизаторов, специалистов по социальной работе оказывают положительное влияние на психологическое состояние проживающих, в связи, с этим становятся ярко выраженными особенности психологического благополучия по шкале «удовлетворенности жизнью».

Таблица 28

Расчет коэффициента корреляции г-Спирмена,  
проживающих в учреждении на взаимосвязь «Психологического  
благополучия» с другими шкалами

Критерии для проживающих в учреждении	Valid	Spearman	t(N-2)	p-level
психологическое благополучие & Позитивные отно	30	0,214200	1,160372	0,255696
психологическое благополучие & автономия	30	0,504546	3,092259	0,004465
психологическое благополучие & Управ.средой	30	0,210903	1,141674	0,263260
психологическое благополучие & Личностный рост	30	0,381086	2,181104	0,037733
психологическое благополучие & цели в жизни	30	0,229919	1,250109	0,221608
психологическое благополучие & Самопринятие	30	0,426129	2,492489	0,018873
психологическое благополучие & удовлет. жизнью	30	0,111696	0,594759	0,556781
психологическое благополучие & Измен. настроения	30	-0,014525	-0,076865	0,939278
псих. благополучие & Степ. уд. повс.деят.	30	0,275891	1,518822	0,140019
психологическое благополучие & Значим. соц. окр.	30	0,243974	1,331214	0,193857
психологическое благополучие & Признаки, сопров. Осн. психозм.симпт.	30	0,304365	1,690768	0,101985
психологическое благополучие & Самооценка здор.	30	0,169340	0,909194	0,371008
психологическое благополучие & Напряж. и чувств.	30	0,539753	3,392758	0,002081

Таблица 29

Расчет коэффициента корреляции г-Спирмена,  
проживающих в учреждении  
по различным критериям

Критерии для проживающих в учреждении	Valid	Spearman	t(N-2)	p-level
Позитивные отношения & автономия	30	0,208962	1,13068	0,267780
Позитивные отношения & Управление средой	30	0,276737	1,52387	0,138757
Позитивные отношения & Личностный рост	30	0,476839	2,87056	0,007717
Позитивные отношения & Цели в жизни	30	0,574854	3,71747	0,000891
Позитивные отношения & Самопринятие	30	0,393343	2,26386	0,031522
Позитивные отношения & Шкала удовлетворенностью жизнью дома	30	0,220263	1,19487	0,242162
Позитивные отношения & Изменение настроения	30	0,438079	2,57871	0,015465
Позитивные отношения & Степень удовлетворенности повседневной	30	0,343042	1,93247	0,063475
Позитивные отношения & Значимость социального окружения	30	0,335856	1,88678	0,069599
Позитивные отношения & Признаки, сопровождающие основную психозмоц	30	0,206330	1,11580	0,273991
Позитивные отношения & Самооценка здоровья	30	0,219096	1,18822	0,244729
Позитивные отношения & Напряженность и чувствительность	30	0,331589	1,85983	0,073446
автономия & Управление средой	30	0,122768	0,65458	0,518079
автономия & Личностный рост	30	0,330529	1,85315	0,074427
автономия & Цели в жизни	30	0,411559	2,38952	0,023845
автономия & Самопринятие	30	0,168486	0,90448	0,373460
автономия & Шкала удовлетворенностью жизнью	30	0,179315	0,96448	0,343064
автономия & Изменение настроения	30	-0,067701	-0,35907	0,722239
автономия & Степень удовлетворенности повседневной деятельностью	30	0,154622	0,82814	0,414594
автономия & Значимость социального окружения	30	0,312367	1,73995	0,092850
автономия & Признаки, сопровождающие основную психозмоц	30	0,475122	2,85720	0,007972
автономия & Самооценка здоровья	30	-0,335337	-1,88349	0,070058
автономия & Напряженность и чувствительность	30	0,398884	2,30174	0,029001



Управление средой & Личностный рост	30	0,253245	1,38520	0,176928
Управление средой & Цели в жизни	30	0,443236	2,61644	0,014161
Управление средой & Самопринятие	30	0,431906	2,53396	0,017155
Управление средой & Шкала удовлетворенностью жизнью	30	0,386374	2,21664	0,034943
Управление средой & Изменение настроения	30	0,324768	1,81700	0,079936
Управление средой & Степень удовлетворенности повседневной деятельностью	30	0,227552	1,23653	0,226533
Управление средой & Значимость социального окружения	30	0,390664	2,24565	0,032804
Управление средой & Признаки, сопровождающие основную психозмоци	30	0,076543	0,40622	0,687668
Управление средой & Самооценка здоровья	30	0,547749	3,46434	0,001729
Управление средой & Напряженность и чувствительность	30	0,119858	0,63884	0,528122
Личностный рост & Цели в жизни	30	0,351557	1,98711	0,056773
Личностный рост & Самопринятие	30	0,429133	2,51401	0,017963
Личностный рост & Шкала удовлетворенностью жизнью	30	0,086806	0,46107	0,648308
Личностный рост & Изменение настроения	30	0,105576	0,56179	0,578727
Личностный рост & Степень удовлетворенности повседневной деятельностью	30	0,414802	2,41224	0,022655
Личностный рост & Значимость социального окружения	30	0,530103	3,30809	0,002586
Личностный рост & Признаки, сопровождающие основную психозмоци	30	0,376010	2,14723	0,040578
Личностный рост & Самооценка здоровья	30	0,216452	1,17317	0,250611
Личностный рост & Напряженность и чувствительность	30	0,283766	1,56592	0,128601
Цели в жизни & Самопринятие	30	0,347136	1,95867	0,060179
Цели в жизни & Шкала удовлетворенностью жизнью	30	0,157357	0,84316	0,406286
Цели в жизни & Изменение настроения	30	0,219018	1,18777	0,244902
Цели в жизни & Степень удовлетворенности повседневной деятельностью	30	0,099686	0,53013	0,600202
Цели в жизни & Значимость социального окружения	30	0,268821	1,47683	0,150882
Цели в жизни & Признаки, сопровождающие основную психозмоци	30	0,120987	0,64494	0,524216
Цели в жизни & Самооценка здоровья	30	0,184496	0,99331	0,329065
Цели в жизни & Напряженность и чувствительность	30	0,190982	1,02953	0,312043
Самопринятие & Шкала удовлетворенностью жизнью	30	0,034920	0,18489	0,854645
Самопринятие & Изменение настроения	30	0,206019	1,11405	0,274730
Самопринятие & Степень удовлетворенности повседневной деятельностью	30	0,340201	1,91436	0,065844
Самопринятие & Значимость социального окружения	30	0,222616	1,20829	0,237041
Самопринятие & Признаки, сопровождающие основную псих	30	0,175536	0,94350	0,353497
Самопринятие & Самооценка здоровья	30	0,284944	1,57299	0,126954
Самопринятие & Напряженность и чувствительность	30	0,472738	2,83873	0,008337
Шкала удовлетворенностью жизнью & Изменение настроения	30	0,294450	1,63036	0,114224
Шкала удовлетворенностью жизнью дом & Степень удовлетворенности повс	30	-0,149153	-0,79817	0,431488
Шкала удовлетворенностью жизнью & Значимость социального окружения	30	0,293800	1,62642	0,115064
Шкала удовлетворенностью жизнью & Признаки, сопровожда	30	0,098163	0,52195	0,605811
Шкала удовлетворенностью жиз & Самооценка здоровья	30	0,127742	0,68153	0,501134
Шкала удовлетворенностью жизнью & Напряженность и чувствительность	30	0,362525	2,05832	0,048974
Изменение настроения & Степень удовлетворенности повседневной деятельностью	30	0,007082	0,03747	0,970373
Изменение настроения & Значимость социального окружения	30	0,506984	3,11235	0,004246
Изменение настроения & Признаки, сопровождающие основную психозмоц	30	0,020225	0,10704	0,915519
Изменение настроения & Самооценка здоровья	30	0,327457	1,83385	0,077327
Изменение настроения & Напряженность и чувствительность	30	0,081575	0,43310	0,668263
Степень удовлетворенности пов & Значимость социального окружения	30	0,150339	0,80466	0,427793
Степень удовлетворенности повседневно & Признаки, сопровождающие основную психозм	30	0,263924	1,44789	0,158753
Степень удовлетворенности повседневной деятельностью & Самооценка здоровья	30	0,230270	1,25213	0,220883
Степень удовлетворенности повседно & Напряженность и чувствительность	30	0,246223	1,34427	0,189651
Значимость социального окружения & Признаки, сопровождающие основную	30	0,208619	1,12874	0,268585
Значимость социального окружения & Самооценка здоровья	30	0,319309	1,78296	0,085438

Значимость социального окружения & Напряженность и чувствительность	30	0,114532	0,61006	0,546740
Признаки, сопровождающие основную психозмо & Самооценка здоровья	30	0,109647	0,58372	0,564085
Признаки, сопровождающие основную психоз & Напряженность и чувствительность	30	0,012069	0,06387	0,949531
Самооценка здоровья & Напряженность и чувствительность	30	-0,027268	-0,14434	0,886263
Напряженность и чувствительность & Признаки, сопровождающие основную	30	0,012069	0,06387	0,949531
Напряженность и чувствительность & Самооценка здоровья	30	-0,027268	-0,14434	0,886263

Красным цветом выделены значимые сильные, средние взаимосвязи

Таблица 30

Расчет коэффициента корреляции г-Спирмена, проживающих дома на взаимосвязь «Психологического благополучия» с другими шкалами.

критерий для проживающих дома	Valid	Spearman	t(N-2)	p-level
психол. благополучие & Позитив.отношения	30	0,201810	1,090310	0,284871
психологическое благополучие & автономия	30	0,164822	0,884249	0,384092
психол. благополучие & Управ. средой	30	0,490780	2,980615	0,005893
психол. благополучие & Личностный рост	30	0,194215	1,047639	0,303764
психол. благополучие & цели в жизни	30	0,467131	2,795590	0,009253
психол.благополучие & Самопринятие	30	0,615934	4,137129	0,000291
псих. благополучие & Шкала удовл.жизнью	30	-0,023082	-0,122169	0,903638
псих. благополучие & Изменение настроения	30	0,130475	0,696364	0,491942
псих. благополучие & Степень удов. повсед.	30	-0,038040	-0,201435	0,841814
псих.благополучие & Значимость соц.окр.	30	0,023213	0,122865	0,903092
псих.е благ.& Приз., соп. осн. психозм.сим.	30	0,314538	1,753370	0,090481
псих. благополучие & Самооценка здоровья	30	0,389656	2,238823	0,033296
псих. Благо. & Напряженность и чувст.	30	-0,168382	-0,903903	0,373759

Таблица 31

Расчет коэффициента корреляции г-Спирмена, у проживающих дома по различным критериям.

критерии, у проживающих дома	кол.	Spearman	t(N-2)	p-level
Позитивные отношения & автономия	30	0,208158	1,12613	0,269668
Позитивные отношения & Управление средой	30	0,051317	0,27190	0,787694
Позитивные отношения & Личностный рост	30	0,293262	1,62316	0,115762
Позитивные отношения & Цели в жизни	30	0,227813	1,23803	0,225987
Позитивные отношения & Самопринятие	30	0,141803	0,75801	0,454778
Позитивные отношения & Шкала удовлетворенностью жизнью	30	0,051095	0,27072	0,788589
Позитивные отношения & Изменение настроения	30	-0,098328	-0,52284	0,605201
Позитивные отношения & Степень удовлетворенности повседневной деятельностью	30	0,105181	0,55967	0,580156
Позитивные отношения & Значимость социального окружения	30	0,058105	0,30798	0,760374
Позитивные отношения & Признаки, сопровождающие основную психозм..симп.	30	0,158237	0,84800	0,403631
Позитивные отношения & Самооценка здоровья	30	0,005448	0,02883	0,977207
Позитивные отношения & Напряженность и чувствительность	30	-0,192032	-1,03541	0,309338
автономия & Управление средой	30	0,522181	3,23992	0,003077

автономия & Личностный рост	30	0,439248	2,58723	0,015161
автономия & Цели в жизни	30	0,750940	6,01722	0,000002
автономия & Самопринятие	30	0,523328	3,24972	0,003002
автономия & Шкала удовлетворенностью жизнью дома	30	0,214020	1,15935	0,256106
автономия & Изменение настроения	30	-0,016426	-0,08693	0,931344
автономия & Степень удовлетворенности повседневной деятельностью	30	0,157030	0,84136	0,407274
автономия & Значимость социального окружения	30	-0,023738	-0,12565	0,900909
автономия & Признаки, сопровождающие основную психозм.симп.	30	-0,112231	-0,59765	0,554880
автономия & Самооценка здоровья	30	0,006644	0,03516	0,972206
автономия & Напряженность и чувствительность	30	-0,312839	-1,74287	0,092331
Управление средой & Личностный рост	30	0,362913	2,06086	0,048715
Управление средой & Цели в жизни	30	0,665956	4,72380	0,000059
Управление средой & Самопринятие	30	0,358559	2,03246	0,051690
Управление средой & Шкала удовлетворенностью жизнью дома	30	0,465491	2,78305	0,009536
Управление средой & Изменение настроения	30	-0,048539	-0,25715	0,798944
Управление средой & Степень удовлетворенности повседневной деятельностью	30	0,079919	0,42425	0,674626
Управление средой & Значимость социального окружения	30	-0,114262	-0,60861	0,547692
Управление средой & Признаки, сопровождающие основную психозм.симпт.	30	0,086888	0,46151	0,647995
Управление средой & Самооценка здоровья	30	-0,021926	-0,11605	0,908441
Управление средой & Напряженность и чувствительность	30	-0,116024	-0,61812	0,541494
Личностный рост & Цели в жизни	30	0,353429	1,99920	0,055377
Личностный рост & Самопринятие	30	0,164505	0,88250	0,385021
Личностный рост & Шкала удовлетворенностью жизнью дома	30	-0,146548	-0,78392	0,439668
Личностный рост & Изменение настроения	30	-0,101359	-0,53912	0,594068
Личностный рост & Степень удовлетворенности повседневной деятельностью	30	0,007401	0,03916	0,969039
Личностный рост & Значимость социального окружения	30	-0,085725	-0,45529	0,652411
Личностный рост & Признаки, сопровождающие основную психозм.симпт.	30	0,236851	1,29001	0,207602
Личностный рост & Самооценка здоровья	30	0,159684	0,85595	0,399291
Личностный рост & Напряженность и чувствительность	30	-0,117054	-0,62368	0,537888
Цели в жизни & Самопринятие	30	0,574229	3,71143	0,000906
Цели в жизни & Шкала удовлетворенностью жизнью	30	0,255650	1,39927	0,172713
Цели в жизни & Изменение настроения	30	0,083830	0,44515	0,659632
Цели в жизни & Степень удовлетворенности повседневной деятельностью	30	0,313089	1,74442	0,092056
Цели в жизни & Значимость социального окружения	30	-0,041763	-0,22118	0,826555
Цели в жизни & Признаки, сопровождающие основную психозм.симпт.	30	-0,060963	-0,32319	0,748954
Цели в жизни & Самооценка здоровья	30	-0,030791	-0,16301	0,871683
Цели в жизни & Напряженность и чувствительность	30	-0,288773	-1,59604	0,121707
Самопринятие & Шкала удовлетворенностью жизнью	30	-0,125772	-0,67085	0,507811
Самопринятие & Изменение настроения	30	0,179546	0,96576	0,342431
Самопринятие & Степень удовлетворенности повседневной деятельностью	30	0,100493	0,53447	0,597238
Самопринятие & Значимость социального окружения	30	0,099732	0,53038	0,600031
Самопринятие & Признаки, сопровождающие основную психозм.симпт.	30	0,185995	1,00167	0,325080
Самопринятие & Самооценка здоровья	30	0,387570	2,22471	0,034335
Самопринятие & Напряженность и чувствительность	30	-0,163339	-0,87608	0,388443
Шкала удовлетворенностью жизнью & Изменение настроения	30	-0,076014	-0,40339	0,689723
Шкала удовлетворенностью жизнью & Степень удовлетворенности повседневной деятельностью	30	-0,205423	-1,11068	0,276153
Шкала удовлетворенностью жизнью & Значимость социального окружения	30	0,168445	0,90425	0,373579
Шкала удовлетворенностью жизнью & Признаки, сопровождающие основную психозм.симпт.	30	-0,014964	-0,07919	0,937444
Шкала удовлетворенностью жизнью & Самооценка здоровья	30	-0,295701	-1,63795	0,112622
Шкала удовлетворенностью жизнью & Напряженность и чувствительность	30	-0,222679	-1,20865	0,236905
Значимость социального окружения & Изменение настроения	30	-0,148487	-0,79453	0,433573

Значимость социального окружения & Степень удовлетворенности повседневной деятельностью	30	-0,019518	-0,10330	0,918462
Значимость социального окружения & Признаки, сопровождающие основную психозм.сипт.	30	-0,067976	-0,36053	0,721157
Значимость социального окружения & Самооценка здоровья	30	-0,157688	-0,84498	0,405285
Значимость социального окружения & Напряженность и чувствительность	30	-0,192276	-1,03677	0,308712
Признаки, сопровождающие основную психозм. Сипт. & Степень удовлетв.	30	-0,183350	-0,98693	0,332130
Признаки, сопровождающие основную психозм.сипт. & Значимость социального окружения	30	-0,067976	-0,36053	0,721157
Признаки, сопровождающие основную психозм.сипт. & Самооценка здоровья	30	0,433118	2,54272	0,016812
Признаки, сопровождающие основную психозм.сипт. & Напряженность и чувствительность	30	0,069378	0,36800	0,715639
Самооценка здоровья & Напряженность и чувствительность	30	0,224468	1,21888	0,233061

Красным цветом выделены наиболее сильные и средние корреляционные связи.

### Проективная методика «Дом-человек-дерево» автор Дж. Бак

Анализ результатов по методике «Дом-человек-дерево» автор Дж. Бак показал, что проживающие в учреждении, не смотря всестороннее оказание помощи со стороны персонала, все-таки мечтают о собственном доме и о близких родственниках (35 %), у 20% недостаток эмоциональной теплоты своего дома, у 10% озабоченность взаимодействия со средой. У 30% избегание контактов.5%-испытывают внутреннее напряжение. Данные представлены на рисунке 3.

Анализ результатов по методике «Дом-человек-дерево» автор Дж. Бак у проживающих дома показал, что проживающие дома также, мечтают о теплоте и о заботе близких родственников (25%), у 20% недостаток эмоциональной теплоты своего дома, у 15% озабоченность взаимодействия со средой. У 30% избегание контактов. Данные представлены на рисунке 4.

Таким образом, у проживающих в учреждении, также как и проживающих дома ощущается нехватка внимания близких людей, теплоты, заботы.

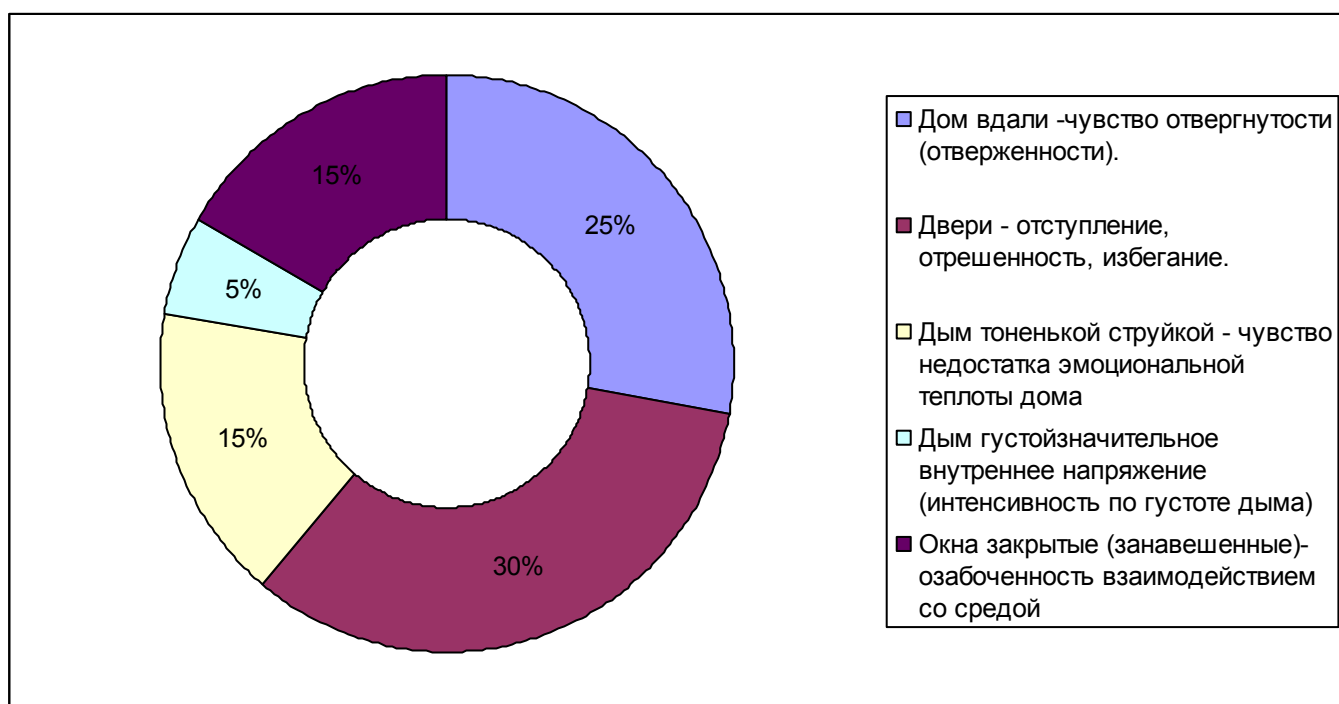


Рисунок 3. Анализ результатов методики ДДЧ у проживающих в учреждении

Таблица 32

Критерий	процент
Дом вдали -чувство отвергнутости (отверженности).	35%
Двери - отступление, отрешенность, избегание.	30%
Дым тоненькой струйкой - чувство недостатка эмоциональной теплоты дома	20%
Дым густой значительное внутреннее напряжение (интенсивность по густоте дыма)	5%
Окна закрытые (занавешенные)-озабоченность взаимодействием со средой	10%
Окна открытые - субъект ведет себя несколько развязно и прямолинейно.	0%

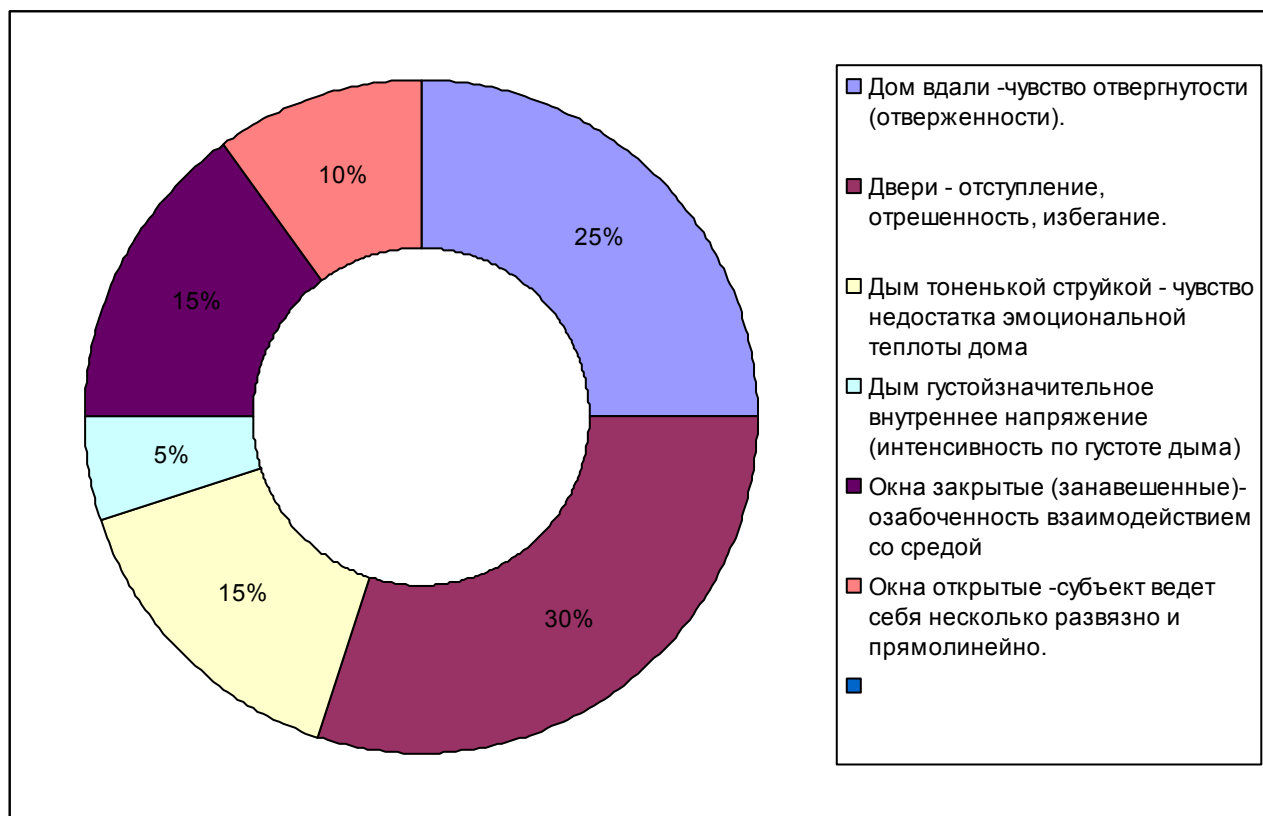


Рисунок 4. Анализ результатов методики ДДЧ у проживающих дома

Таблица 33

Критерии	Процент
Дом вдали - чувство отвергнутости (отверженности).	25%
Двери - отступление, отрешенность, избегание.	30%
Дым тоненькой струйкой - чувство недостатка эмоциональной теплоты дома	15%
Дым густой значительное внутреннее напряжение (интенсивность по густоте дыма)	5%
Окна закрытые (занавешенные)- озабоченность взаимодействием со средой	15%
Окна открытые - субъект ведет себя несколько развязно и прямолинейно.	10%

## 2.4 Выводы по второй главе

В эмпирической группе исследований приняли участие 2 группы людей в возрасте 65 лет и старше по 30 человек в каждой. Одна группа испытуемых – одинокие люди периода поздней зрелости, проживающие в ГАУ «КЦСОН «Изумруд» города Кировграда», вторая группа испытуемых одинокие люди периода поздней зрелости, которые проживают дома, находятся на самообслуживании.

В работе были использованы теоретические, эмпирические методы, а также методы количественной обработки данных:

-Теоретические методы: метод опроса (анкетирование), метод психологического тестирования), систематизация психологических сведений по теме исследования).

- Эмпирические методы:

-Методика «Шкала психологического благополучия» **К.Рифф** (адаптация Шевеленковой Т.Д. П.П. Фесенко);

-Методика «Шкала субъективного благополучия» автор французский психолог **А. Перуэ-Баду**. Русскоязычная адаптация методики выполнена М. В. Соколовой ;

-Методика «Шкала удовлетворенности жизнью» (SWLS) автор **Э.Динер** ;

-Проективная методика «Дом-человек-дерево» автор **Дж. Бак**.

Анализируя значимые различия между двумя группами испытуемых статистический анализ показал, что группа испытуемых, проживающих в учреждении и дома имеют значимые различия, достоверность которых подтверждена  $t$  критерием Стьюдента по показателям шкал: «Позитивные отношения» ( $10.7 > 2.66$ ); «Автономия» ( $9.7 > 2.66$ ); «Управление средой» ( $15.8 > 2.66$ ); «Личностный рост» ( $24.2 > 2.66$ ); «Цель в жизни» ( $17.7 > 2.66$ ); «Самопринятие» ( $10.7 > 2.66$ ); «Удовлетворенность жизнью» ( $5.2 > 2.66$ ); «Признаки, сопровождающие, основную психоэмоциональную симптоматику» ( $5.4 > 2.66$ ); «Значимость социального окружения» ( $6.4 > 2.66$ ); «Степень удовлетворенности повседневной деятельностью» ( $6.1 > 2.66$ ); «Изменения настроения» ( $6.2 > 2.66$ ). По показателям «Напряженность и чувствительность» ( $1.7 < 2.66$ ); «Самооценка здоровья» ( $1.1 < 2.66$ ) показатели находятся в зоне не значимости, т.е. особенности по этим критериям не выявлены между группами.

Так, проживающие в учреждении имеют средний уровень по шкале «Позитивные отношения», что указывает на то, что в среднем у них достаточное количество доверительных отношений с окружающими, но им не всегда хочется быть открытыми, проявлять теплоту и заботиться о других; в межличностных взаимоотношениях они, как правило, избирательны. Не всегда идут на компромиссы для поддержания важных связей с окружающими, они способны сопереживать (ср. балл. 65,2). Указанные данные отличаются от проживающих дома одиноких людей в поздней зрелости, которые имеют низкий уровень по шкале «Позитивные отношения» Это говорит о том, что в среднем, респонденты имеют ограниченное количество доверительных отношений с окружающими: им сложно быть открытыми, в межличностных взаимоотношениях, не желают идти на компромиссы для поддержания важных связей с окружающими (ср. балл 40,8).

Таким образом, по шкале «Позитивные отношения» у проживающих в учреждении и проживающих дома наблюдаются особенности, выраженные в различиях, которые выявлены с помощью методов описательной статистики (ср балл 65,2.> ср. балл 47,0), достоверность и значимость которых, подтверждена с помощью критерия t-Стьюдента. «Позитивные отношения» лучше у проживающих в учреждении.

Средний уровень по шкале «Автономия» характеризует респондентов проживающих в учреждении как не всегда самостоятельных и независимых людей, способных противостоять попыткам общества заставить и думать определенным образом, они не всегда самостоятельно регулируют свое поведение и оценивают себя в соответствии с личными критериями (ср. балл.58,9). Данные показатели отличаются от показателей лиц, проживающих дома, которые показали низкий уровень по шкале «Автономия» (ср. балл 40,8), что говорит о зависимости от мнения и оценки окружающих, полагается при решении на мнения других.

Таким образом, по шкале «Автономия» у проживающих в учреждении и проживающих дома наблюдаются особенности, выраженные в различиях, которые выявлены с помощью методов описательной статистики (ср. балл 58,9.> ср.балл 40,8), достоверность и значимость которых, подтверждена с помощью критерия t-



Стьюдента. «Автономия» ярче выражена у проживающих в учреждении. С помощью коэффициента корреляции можно сказать, у проживающих дома поданному показателю выражена корреляционная связь с показателями «управления средой» ( $r=0,522$ ), «самопринятием» ( $r=0,523$ ) и «целями в жизни» ( $r=0,665$ ). Это говорит, о том, что выше у людей будет показатель автономии, тем лучше они будут управлять средой, повысится уровень самопринятия, появятся новые цели в жизни. У проживающих в учреждении обнаружена корреляционная связь с показателем «напряженность и чувствительность» Это говорит о том, что чем выше независимость от окружения тем, в выше ответственность за принятие решений ( $r=0,398$ ). Если говорить в общем о зависимости психологического благополучия от автономии, то она лучше выражена, у проживающих в учреждении ( $r=0,504$ ).

Низкий уровень по шкале «Управление средой» характеризует респондентов как людей, которые испытывают сложности в организации повседневной деятельности, чувствует себя неспособным изменить или улучшить складывающиеся обстоятельства.

У проживающих в учреждении также выражен средний уровень и по шкале «Управление средой» (ср. балл 68,6), который указывает на то, что респонденты не всегда умеют организовать свой день, стараются улучшить складывающиеся обстоятельства, пытаются изменить ситуации к лучшему. У одиноких людей, периода поздней зрелости, проживающих дома сложился низкий уровень по шкале «Управление средой» и указывает на то, в среднем, респонденты имеют ограниченное количество доверительных отношений с окружающими: им сложно быть открытыми, в межличностных взаимоотношениях, не желает идти на компромиссы для поддержания важных связей с окружающими.

Таким образом, по шкале «Управление средой» у проживающих в учреждении и проживающих дома наблюдаются особенности, выраженные в различиях, которые выявлены с помощью методов описательной статистики (ср балл 68,6.> ср. балл 43,1), достоверность и значимость которых, подтверждена с

помощью критерия t-Стьюдента. «Управление средой» лучше у проживающих в учреждении. С помощью вычисления коэффициента корреляции можно сказать, у проживающих в учреждении поданному показателю выражена корреляционная связь с показателями «самооценка здоровья» ( $r=0,547$ ), «значимость социального окружения» ( $r=0,390$ ) и «Личностным ростом». Это говорит, о том, что проживающие в учреждении лучше организуют свой день, они лучше управляют событиями, тем несомненно выше у них организация работы над собой в области собственного здоровья и личностного роста. В общем, «психологическое благополучие» находится во взаимосвязи от управления средой у проживающих дома ( $r= 0,490$ ). Это говорит о том, чем больше люди ,проживающие дома будут открытыми в межличностных отношениях, тем выше будет их психологическое благополучие.

По шкале «Личностный рост», средний уровень у проживающих в учреждении (ср. балл 71,2) говорит о том, что респонденты обладают чувством непрекращающегося развития, воспринимает себя «растущим» и самореализовывающимся, открыт новому опыту, испытывает чувство реализации своего потенциала, наблюдает улучшения в себе и своих действиях с течением времени; изменяется в соответствии с собственными познаниями и достижениями. Однако, иногда замечают угасание интереса. У проживающих дома низкий уровень по шкале «Личностный рост» у них формируется осознание и отсутствие собственного развития, они не испытывают чувства улучшения или самореализации, испытывает скуку и не имеет интереса к жизни, ощущает неспособность устанавливать новые отношения или изменить свое поведение( 42,4).

Таким образом, по шкале «Личностный рост» у проживающих в учреждении и проживающих дома наблюдаются особенности, выраженные в различиях, которые выявлены с помощью методов описательной статистики (ср балл71,2.> ср. балл 42,4), достоверность и значимость которых, подтверждена с помощью критерия t-Стьюдента. «Личностный рост» лучше у проживающих в учреждении. С помощью вычисления коэффициента корреляции можно сказать, у проживающих в учреждении поданному показателю выражена корреляционная связь с показателями

«значимость социального окружения» ( $r=0,530$ ) и «Степенью удовлетворенности повседневной деятельностью» ( $r=0,414$ ), «Позитивным отношением» ( $r=0,476$ ), «Управлением средой», «Признаками, сопровождающими основную психозмоциональную симптоматику» ( $r=0,376$ ) Самопринятием» ( $r=0,414$ ). Это говорит, о том, что проживающие в учреждении открыты новому опыту, воспринимают себя самореализующимися личностями, участвуя в общественной деятельности учреждения реализуют свой потенциал. В общем, «Психологическое благополучие» тесно связано с показателем «Личностного роста» ( $r=0,381$ ).

Средний уровень по Шкале «Цель в жизни» сформировался у проживающих в учреждении и показывает, что респонденты не всегда целеустремленны (ср.балл.70,6). У них также средний уровень по шкале «Самопринятие», который характеризует респондентов которые позитивно, но не всегда знают и принимают различные свои стороны, включая хорошие и плохие качества, положительно оценивают свое прошлое( ср. балл 65,0). У проживающих дома низкий уровень по шкале «Цель в жизни». Как правило лишены смысла в жизни; имеет мало целей или намерений; отсутствует чувство направленности, не находит цели в своей прошлой жизни; не имеет перспектив или убеждений, определяющих смысл жизни( ср. балл 38,5). Средний уровень по шкале «Самопринятие» характеризует респондентов, проживающих дома как позитивно, но не всегда знающих и принимающих различные свои стороны, включая хорошие и плохие качества, положительно оценивающие свое прошлое (ср.балл 49,3).

Таким образом, по шкалам «Цели в жизни» и «Самопринятие» у проживающих в учреждении и проживающих дома наблюдаются особенности, выраженные в различиях, выявленных с помощью методов описательной статистики, достоверность и значимость которых, подтверждена с помощью критерия t-Стьюдента. Показатели выше у проживающих в учреждении. С помощью вычисления коэффициента корреляции можно сказать, у проживающих в учреждении поданному показателю выражена корреляционная связь «Цели в жизни» с показателями «Позитивные отношения» ( $r=0,574$ ), «Автономия» ( $r=0,411$ ), «Управление средой» ( $r=0,443$ ). (рис.5,6).

Как показали результаты исследования, не удовлетворены жизнью одинокие люди в период поздней зрелости, которые проживают дома (ср. балл 13,87). Такое состояние у них хроническое, необходимо что-то менять, причем не только в жизненных оценках и подходах, но и в активности. Кроме того, такой уровень неудовлетворенности, скорее всего, приводит к низкой эффективности. Им необходим психолог, близкий человек, который настроит их на позитивный лад. Значительно лучше выглядит шкала «удовлетворенности жизнью» у проживающих в учреждении, где средний балл составляет 19,47. Штат специалистов психологов, специалистов психологов, культорганизаторов, оказывают положительное влияние на психологическое состояние проживающих, в связи, с этим становятся ярко выраженными особенности психологического благополучия по шкале «удовлетворенности жизнью». На основании изложенного, проживающие в учреждении социального обслуживания имеют особенности, свидетельствующие о психологическом благополучии по критериям «Позитивные отношения», «Автономия» «Управление средой», «Личностный рост», «Цель в жизни», «Самопринятие». «Удовлетворенность жизнью»; «Признаки, сопровождающие основную психоэмоциональную симптоматику», «Значимость социального окружения» «степень удовлетворенности повседневной деятельностью»; «Изменения настроения»

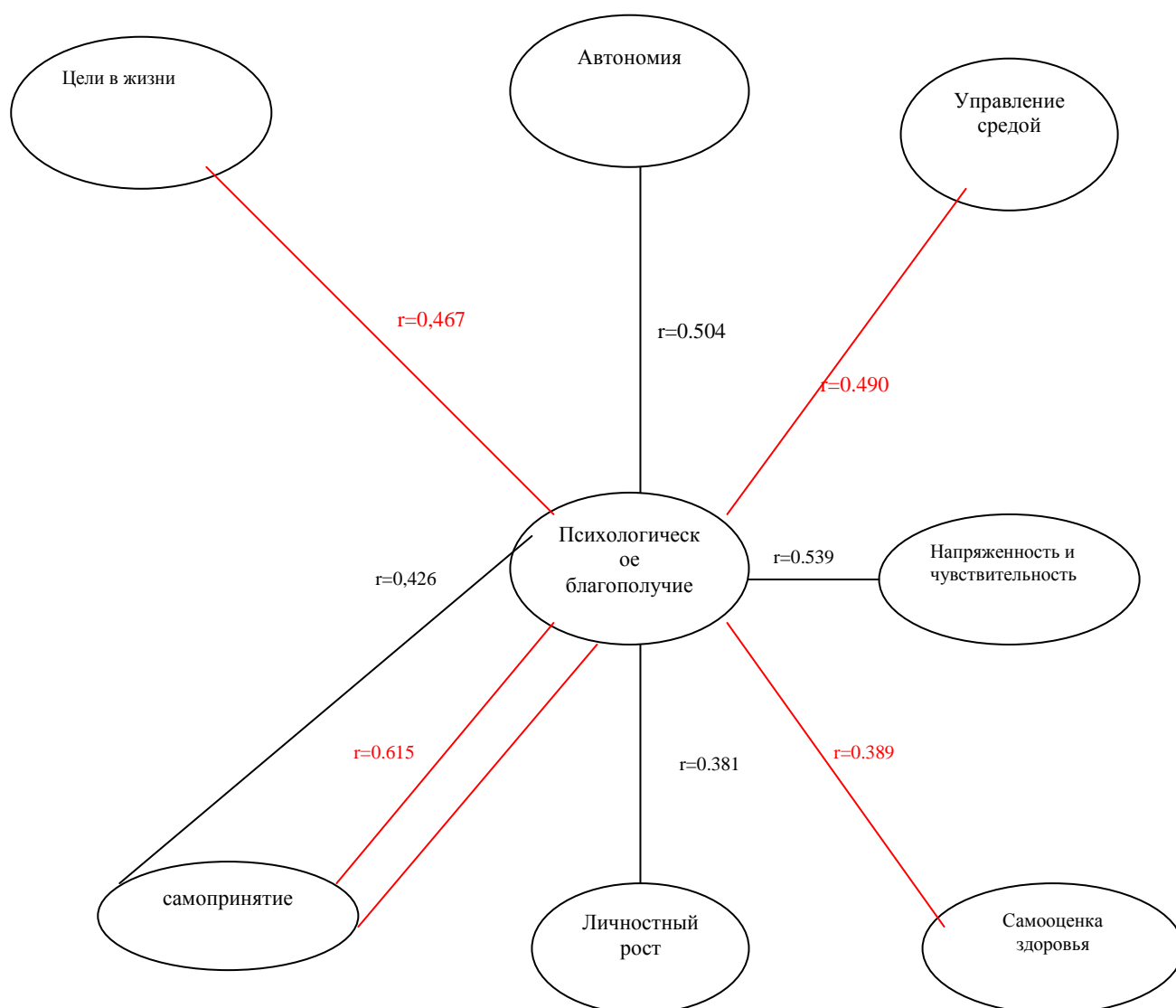


Рисунок 5 Корреляционная плеяда взаимозависимых характеристик у проживающих в учреждении и дома

Черным цветом помечены взаимосвязи характеристик у людей, проживающих в учреждении, красным-дома.

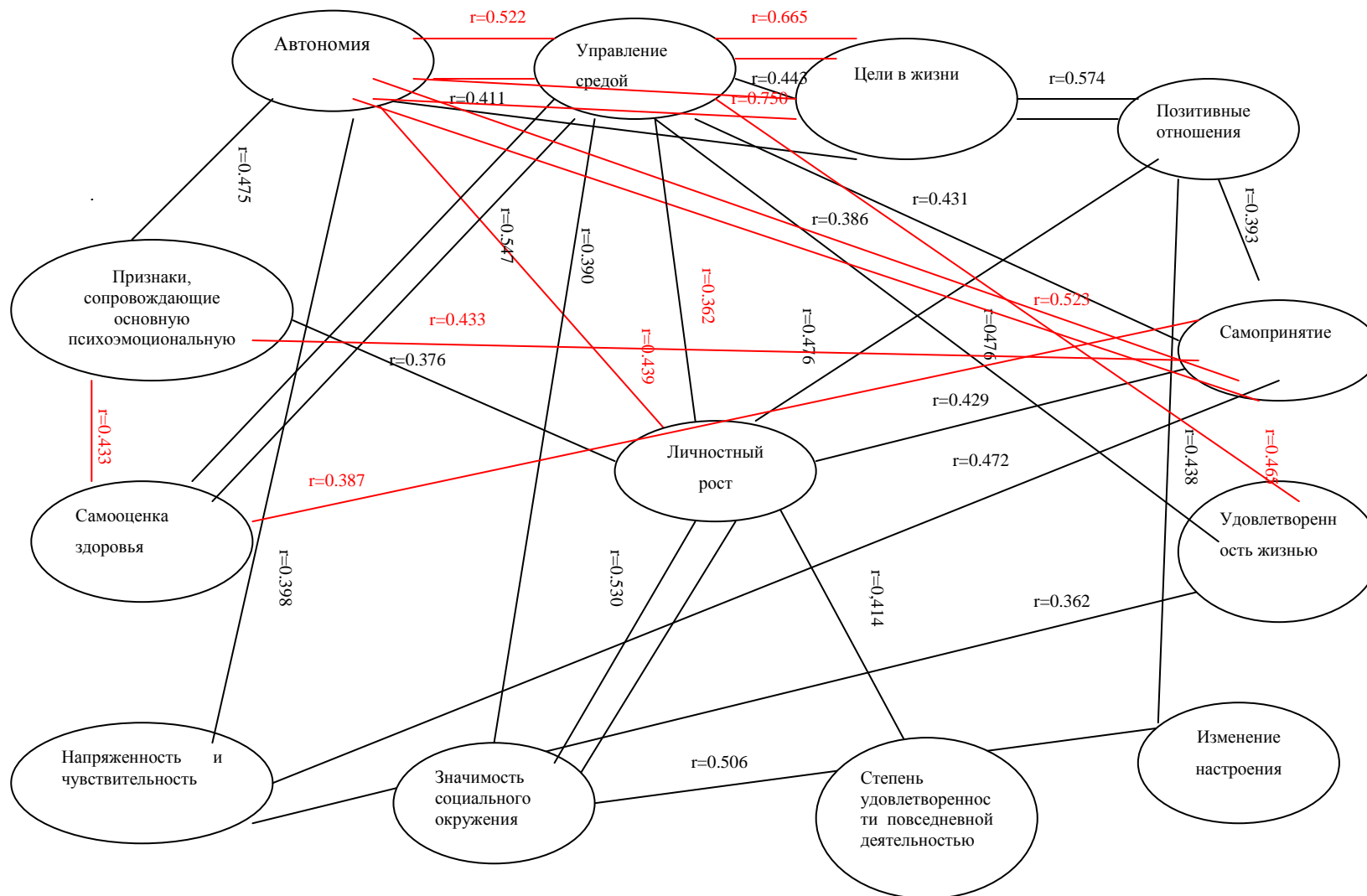


Рисунок 6 Корреляционная плеяда взаимозависимых характеристик у проживающих в учреждении и дома

Черным цветом помечены взаимосвязи характеристик у людей, проживающих в учреждении, красным-дома. Одна линия- средняя зависимость двух факторов, две линии-сильная зависимость.

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

1. Необоснованным является стереотип восприятия старости как на время пассивного отдыха, «растительного существования», отчуждения от социума, замыкания на личных переживаниях. В современной литературе приводится достаточное число исследований подтверждающих, что период старости может и должен рассматриваться как период продолжающего психического развития человека.

2. Психологическое благополучие- это сложное интегративное, устойчивое состояние человека, включающее в себя множество структурных компонентов. Также существует множество подходов к изучению психологического благополучия в период поздней зрелости.

3. Гипотеза в результате проведения анализа данных с использованием методик нашла свое подтверждение с помощью описательной статистики, расчетом критерия t-критерия Стьюдента, расчетом коэффициента корреляции r-Спирмена, построением корреляционных плеяд. Психологическое благополучие различно у людей в период поздней зрелости одиноких, проживающих в учреждении социального обслуживания и у одиноких, проживающих дома, и имеет особенности, подтвержденными результатами анализа примененных методик.

4. По результатам эмпирического исследования следуют выводы о том, что проживающие в учреждении социального обслуживания имеют особенности, свидетельствующие о психологическом благополучии по критериям «Позитивные отношения», «Автономия» «Управление средой», «Личностный рост», «Цель в жизни», «Самопринятие». «Удовлетворенность жизнью»; «Признаки, сопровождающие основную психоэмоциональную симптоматику», «Значимость социального окружения» «Степень удовлетворенности повседневной деятельностью»; «Изменения настроения».

По шкале «Позитивные отношения» у проживающих в учреждении и проживающих дома наблюдаются особенности, выраженные в различиях, которые выявлены с помощью методов описательной статистики (ср балл 65,2.> ср. балл

47,0), достоверность и значимость которых, подтверждена с помощью критерия t-Стьюдента. «Позитивные отношения» лучше у проживающих в учреждении.

По шкале «Автономия» у проживающих в учреждении и проживающих дома наблюдаются особенности, выраженные в различиях, которые выявлены с помощью методов описательной статистики (ср. балл 58,9.> ср.балл 40,8), достоверность и значимость которых, подтверждена с помощью критерия t-Стьюдента. «Автономия» ярче выражена у проживающих в учреждении. С помощью коэффициента корреляции можно сказать, у проживающих дома поданному показателю выражена корреляционная связь с показателями «управления средой» ( $r=0,522$ ), «самопринятием» ( $r=0,523$ ) и «целями в жизни»( $r=0,665$ ). Это говорит, о том, что выше у людей будет показатель автономии, тем лучше они будут управлять средой, повыситься уровень самопринятия, появятся новые цели в жизни. У проживающих в учреждении обнаружена корреляционная связь с показателем «напряженность и чувствительность». Это говорит о том, что, чем выше независимость от окружения, тем в выше ответственность за принятие решений ( $r=0,398$ ). Если говорить в общем, о зависимости психологического благополучия от автономии, то она лучше выражена, у проживающих в учреждении ( $r=0,504$ ).

По шкале «Управление средой» у проживающих в учреждении и проживающих дома наблюдаются особенности, выраженные в различиях, которые выявлены с помощью методов описательной статистики (ср балл 68,6.> ср. балл 43,1), достоверность и значимость которых, подтверждена с помощью критерия t-Стьюдента. «Управление средой» лучше у проживающих в учреждении. С помощью вычисления коэффициента корреляции можно сказать, у проживающих в учреждении поданному показателю выражена корреляционная связь с показателями «самооценка здоровья»( $r=0,547$ ), «значимость социального окружения» ( $r=0,390$ ) и «Личностный рост». Это говорит, о том, что проживающие в учреждении лучше организуют свой день, они лучше управляют событиями, поэтому у них выше организация работы над собой в области собственного здоровья и личностного роста. По данному критерию «психологическое благополучие» находится в тесной взаимосвязи от «управления средой» у проживающих дома ( $r= 0,490$ ). Это говорит о



том, чем больше люди, проживающие дома будут открытыми в межличностных отношениях, тем выше будет их психологическое благополучие.

По шкале «Личностный рост» у проживающих в учреждении и проживающих дома наблюдаются особенности, выраженные в различиях, которые выявлены с помощью методов описательной статистики (ср балл 71,2 > ср. балл 42,4), достоверность и значимость которых, подтверждена с помощью критерия t-Стьюдента. «Личностный рост» лучше у проживающих в учреждении. С помощью вычисления коэффициента корреляции можно сказать, у проживающих в учреждении поданному показателю выражена тесная корреляционная связь с показателями «значимость социального окружения» ( $r=0,530$ ), «Степенью удовлетворенности повседневной деятельностью» ( $r=0,414$ ), «Позитивным отношением» ( $r=0,476$ ), «Управлением средой», «Признаками, сопровождающими основную психоэмоциональную симптоматику» ( $r=0,376$ ), Самопринятием» ( $r=0,414$ ). Это говорит, о том, что проживающие в учреждении открыты новому опыту, воспринимают себя самореализующимися личностями, участвуя в общественной деятельности учреждения реализуют свой потенциал. «Психологическое благополучие» тесно связано и положительно коррелирует с показателем «Личностного роста» ( $r=0,381$ ), что говорит о положительной работе специалистов учреждения с проживающими.

По шкалам «Цели в жизни» и «Самопринятие» у проживающих в учреждении и проживающих дома наблюдаются особенности, выраженные в различиях, выявленных с помощью методов описательной статистики, достоверность и значимость которых, подтверждена с помощью критерия t-Стьюдента. Показатели выше у проживающих в учреждении. С помощью вычисления коэффициента корреляции можно сказать, у проживающих в учреждении поданному показателю выражена корреляционная связь «Цели в жизни» с показателями «Позитивные отношения» ( $r=0,574$ ), «Автономия» ( $r=0,411$ ), «Управление средой» ( $r=0,443$ ).

Как показали результаты исследования, не удовлетворены жизнью одинокие люди в период поздней зрелости, которые проживают дома (ср. балл 13,87). Такое состояние у них хроническое, необходимо что-то менять, причем не только в

жизненных оценках и подходах, но и в активности. Кроме того, такой уровень неудовлетворенности, скорее всего, приводит к низкой эффективности. Им необходим психолог, близкий человек, который настроит их на позитивный лад. Значительно лучше выглядит шкала «удовлетворенности жизнью» у проживающих в учреждении, где средний балл составляет 19,47. Штат специалистов психологов, специалистов психологов, культорганизаторов, оказывают положительное влияние на психологическое состояние проживающих, в связи, с этим становятся ярко выраженными особенности психологического благополучия по шкале «удовлетворенности жизнью».

## СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Аргайл Майкл Психология счастья [Электронный ресурс]: Режим доступа: <http://mir.zavantag.com/psihologiya/17445/index.htm>.
2. Бак Дж. Проективная методика «Дом-человек-дерево»
3. Большой психологический словарь [Текст] / сост. Б.Г.Мещеряков, В.П.Зинченко.- Санкт-Петербург : Прайм-ЕВРОЗНАК : ОЛМО-ПРЕСС, 2004.- 672 с.
4. Водяха С.А. психологического благополучия студентов [Текст] /С.А. Водяха// Педагогическое образование в России-2013.-N 3-С.70-74.
5. Воронина А.В. Проблема психологического здоровья и благополучия человека: обзор концепций и опыт структурно-уровневого анализа [Текст]// Сибирский психологический журнал-2005.-№3-С.142-145.
6. Всероссийская научно-практическая конференция /отв. за вып. А.М. Павлова. – Екатеринбург: ФГАОУ ВПО «Рос.гос. проф.-пед. ун-т», 2011. – 268с. – С. 50-55  
URL:<http://window.edu.ru/resource/668/75668/files/psih>.
- 7.Дергачева О.Е. Основные положения теории самодетерминации Э. Деси и Р. Райана [Электронный ресурс]- Режим доступа: <http://www.centri-obrazovaniya.ru/derg.html>.
8. Джидарьян И.А. Психология счастья и оптимизма[Текст] / И.А.Джидарьян. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2013. – 268 с.
- 9.Джидарьян И.А. и др. Проблемы общей удовлетворённости жизнью: теоретическое и эмпирическое исследование [Текст]/ И.А. Джидарьян, Е.В. Антонова // Сознание личности в кризисном обществе. – М.: Ин-тут психологии РАН, 2005. –С.76-94.
10. Деси Э. Биография. [Электронный ресурс]: Библиографический указатель- Режим доступа: [http://www.hrono.ru/biograf/bio\\_d/deciedvard.php](http://www.hrono.ru/biograf/bio_d/deciedvard.php).
11. Динер Э.Методика «Шкала удовлетворенности жизнью» (SWLS)
- 12.Игнатова, Е.Н. Социальные и социально-психологические аспекты стрессоустойчивости личности [Текст] / Е.Н. Игнатова, Л.В. Куликова, М.А.

- Розанова // Теоретические и прикладные вопросы психологии. –Вып.2. –Ч.2 /Под ред.А. А. Крылова. – СПб , 2005. – 678с.
13. Калашникова, С. А. Личностные ресурсы как интегральная характеристика личности [Текст] / С. А. Калашникова // Молодой ученый. —2011. — №8. –Т.2. — С. 84-87.
14. Кашпурова, Е.Н. Характеристика основных подходов к понятию психологического благополучия [Электронный ресурс] // Психология сегодня: сборник научных статей
15. Калитеевская, Е.Р. Психологическое здоровье как способ бытия в мире: от объяснения к переживанию [Текст] // Психология с человеческим лицом / Под ред. Д.А. Леонтьева, В.Г. Щур. – М.: Смысл, 1997. – 336 с. – С. 231-238.
16. Карапетян Л.В. Теоретические подходы к пониманию субъективного благополучия. [Электронный ресурс]: журнал «Психология»-Режим доступа: <http://elar.urfu.ru/bitstream/10995/24003/3/iurp-2014-123-19.pdf>.
17. Куликов Л.В., Дмитриева М.С., Долина М.Ю., Иванов О.В., Розанова М.А., Тимошенко Т.Г. Факторы психологического благополучия [Электронный ресурс]- Режим доступа: [https://psihologia.biz/psihologiya-psihologiya-obschaya\\_693/kulikov-dmitrieva-dolina-myu-ivanov-rozanova-16878.html](https://psihologia.biz/psihologiya-psihologiya-obschaya_693/kulikov-dmitrieva-dolina-myu-ivanov-rozanova-16878.html).
18. Критерии субъективного благополучия личности: социокультурная детерминация. [Электронный ресурс] - Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/kriterii-subektivnogo-blagopoluchiya-lichnosti-sotsiokulturnaya-determinatsiya>.
19. Козьмина, Л.Б. Психологическое благополучие как актуальное переживание личностью событий своей жизни во временном континууме [Текст] / Л.Б. Козьмина // Вестник сибирской академии права, экономики и управления. –No1 (15). – 2012. – С. 55-60.
20. Куликов, Л.В. Характеристики гармонии личности [Текст] / Л.В. Куликов // Ежегодник российского психологического общества. Материалы III
21. Куликов, Л.В. Субъективное благополучие личности [Текст] / Л.В. Куликов // Ананьевские чтения. –СПб., 2007. С.162-164.

22. Куликов, Л.В. Детерминанты удовлетворенности жизнью [Текст] /Л.В. Куликов // Общество и политика. – СПб.: Изд-во С.-Петербургского ун-та.–2008. – С. 476-510
23. Кроник, А.А. . Ахмеров Р.А. Каузометрия: Методы самопознания, психодиагностики и психотерапии в психологии жизненного пути[Текст] /. – М.: Смысл, 2003. – 284 с.
24. Миннигалева Г.А., Демина К.В., Зулкарнаев Т.Ш., Юсупова Л.М., Хижнякова И.С. Образ пожилых людей сегодня [Электронный ресурс] : журнал «Психология зрелости и старения», No 4 (64), зима, 2013.-134 с.- Режим доступа : <https://www.hse.ru/pubs/share/direct/document/114603211>.
25. Новак Н.Г. Основные подходы к определению психологического благополучия личности в современной психологии [Электронный ресурс]: Психологический журнал 2008г №2- Режим доступа: [http://media.miu.by/files/store/items/pj/18/pj\\_18\\_2008\\_3.pdf](http://media.miu.by/files/store/items/pj/18/pj_18_2008_3.pdf).
26. Осин К.Н. Чувство связанности как показатель психологического здоровья и его диагностика [Электронный ресурс]: журнал «Психологическая диагностика»- Режим доступа: <https://www.hse.ru/pubs/share/direct/document/71639433>.
27. Пергаменщик Л. А., Лепешинский И. И. Опросник "Шкалы психологического благополучия" К. Рифф: процесс и результаты адаптации // Психологическая диагностика. 2007. № 3. С. 73—96.
28. Пергаменщик, Л.А. Опросник «Шкалы психологического благополучия» К.Рифф: процесс и результаты адаптации [Текст] / Л.А.Пергаменщик, Н.Н. Лепешинский // Психологическая диагностика:Ежеквартальный научно-методический и практический журнал. –2007. –No 3. –С. 73-96.
29. Пергаменщик, Л.А. Подходы к исследованию категории «переживание» в отечественной психологии /Качественная методология в психологии[Текст] //Актуальные проблемы психологии личности. Сборник научных статей. – Гродно, 2010. – 232 с.–С. 139-146.
30. Петрова, И. А. Влияние организационных изменений на психологическое благополучие и совладающее поведение личности[Текст] / И.А. Петрова, А. Н.

Демин // Вестник Адыгейского государственного университета. –2009. –Вып. 2 (44). –С.246-250.

31. Психология. А – Я: Словарь-справочник [Текст] / пер.с англ. К.С.Ткаченко. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 2000. – 448.

32. Психология здоровья [Текст]/ под ред. Г.С. Никифорова.-СПб.:Питер, 2006.-607с.

33. Психология старости и старения. Хрестоматия [Текст] / сост. О.В.Краснова, А.Г.Лидере-М.: Издательский центр «Академия», 2003-410 с.

34. Рифф К. Теория и исследования: позитивные основания психологического благополучия [Электронный ресурс]: «Общая психология - популярные книги», Режим доступа: [http://www.ereading.mobi/chapter.php/1037510/26/Lichnostnyy\\_potencial](http://www.ereading.mobi/chapter.php/1037510/26/Lichnostnyy_potencial).

35. Селигман, М. В поисках счастья. Как получать удовольствие от жизни каждый день[Текст] / М. Селигман/ Изд-во «Манн, Иванов и Фербер»,2010. – 320 с.

36. Селигман, М.Новая позитивная психология: Научный взгляд на счастье и смысл жизни [Текст] /М. Селигман/ Перев.с англ. — М.: Издательство «София», 2006. — 368 с.

37. Селигман М. Новая позитивная психология: Научный взгляд на счастье и смысл жизни [Электронный ресурс]: Режим доступа: <https://profilib.com/chtenie/88844/martin-seligman-novaya-pozitivnaya-psikhologiya-nauchnyy-vzglyad-na-schaste-i-smysl-zhizni.php>.

38. Селигман М. Позитивная психология. [Электронный ресурс]: «Книжный архив». Режим доступа: <http://www.edu-psycho.ru/pozitivnaya-psihologiya-pozitivnaya-psihologiya-seligman.html>

39. Середина, Н.В. Основы медицинской психологии: общая, клиническая, патопсихология [Текст] /Н.В. Середина, Д.А. Шкуренко. – Ростовн/Д: Феникс, 2003. – 512 с.

40. Словарь русских синонимов и сходных по смыслу выражений[Текст] / под ред. Н. Абрамова. – М.: Русские словари, 1999.

41. Созонтов, А.Е. Гедонистический и эвдемонистический подходы к проблеме психологического благополучия [Текст] / А.Е. Созонтов // Вопросы—2006. —№ 4. — С .105-114
42. Черепанова Благополучие пожилых людей: измерение и механизмы обеспечения [Электронный ресурс]: Томский политехнический университет, г. Томск, 2015.-421 с. - Режим доступа: <http://www.lib.tpu.ru/fulltext/c/2014/C40/V1/083.pdf>
43. Федеральная служба государственной статистики [Электронный ресурс] : Режим доступа: <http://www.gks.ru>.
44. Фесенко, П.П. Что такое психологическое благополучие?: краткий обзор основных концепций [Текст] / П. П. Фесенко // Семейная психология и семейная терапия. —2005. —№2. —С. 116-131.
45. Фесенко, П.П. Осмысленность жизни и психологическое благополучие личности. Дис.. канд. психол. наук. — М., 2005. — 206 с.
46. Шамионов Р. М. Субъективное благополучие личности: психологическая картина и факторы. [Электронный ресурс] - Режим доступа: [http://psyjournals.ru/sgu\\_socialpsy/issue/30315\\_full.shtml](http://psyjournals.ru/sgu_socialpsy/issue/30315_full.shtml).
47. Шамионов, Р.М. Субъективное благополучие и ценностно-смысловые образования личности в профессиональной сфере[Текст] / Р.М.Шамионов// Известия Саратовского уни-та, 2006. — Т.6. — С. 104-109.
48. Шамионов Р.М. Психология субъективного благополучия личности[Текст] /Р.М. Шамионов. —Саратов: Изд-во Сарат.ун-та, 2004. — 180с.
49. Шамионов, Р.М. Самосознание и субъективное благополучие личности [Текст] /Р.М. Шамионов // Современные проблемы общей и социальной психологии. Сборник научных статей. —2009.— С. 41
50. Шевеленкова Т.Д., Фесенко П. П. Методика исследования психологического благополучия личности // Психологическая диагностика. 2005. 3. С. 95—129.
51. Шкала субъективного благополучия /Соколова М.В. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. — М., Изд-во Института Психотерапии. 2002. С.467-470

52.Эриксон, Э. Идентичность: юность и кризис [Текст] / Э.Эриксон. –М.: Прогресс, 1996. – 334



## ПРИЛОЖЕНИЯ

### Приложение А

#### Методика «Шкала психологического благополучия» К.Рифф (адаптация Шевеленковой Т.Д., П.П. Фесенко

Инструкция: Предлагаемые Вам утверждения касаются того, как Вы относитесь к себе и своей жизни. Вам необходимо согласиться или не согласиться с данными утверждениями. Обведите цифру, которая лучше всего отражает степень Вашего согласия или несогласия с каждым утверждением, используя следующую шкалу:

1. – полностью не согласен.

2. – скорее не согласен.

3. -- кое в чем не согласен.

4. – кое в чем согласен.

5. – скорее согласен.

6. – полностью согласен.

Помните, что правильных или неправильных ответов не существует.

N п\п	Утверждения	Степень согласия					
		1	2	3	4	5	6
1.	Многие люди считают меня любящим и заботливым						
2.	Иногда я изменяю свое поведение или образ мыслей, чтобы больше соответствовать окружающим						
3.	Вообще, я считаю, что сам несу ответственность за то, как я живу.						
4.	Я не заинтересован в деятельности, которая расширяет мой кругозор						
5.	Я испытываю приятные эмоции, когда думаю о том, что я сделал в прошлом и что надеюсь сделать в будущем						
6.	Когда я просматриваю историю своей жизни, я испытываю удовольствие от того, как все сложилось						
7.	Считаю поддержание						

	близких отношений сложным и бесполезным						
8.	Я не боюсь высказывать вслух то, что я думаю, даже если это не соответствует мнению других	1	2	3	4	5	6
9.	Потребности повседневной жизни часто нервируют меня	1	2	3	4	5	6
10.	Вообще, я считаю, что продолжаю узнавать больше о себе с течением времени	1	2	3	4	5	6
11.	Я живу одним днем и не задумываюсь всерьез о будущем	1	2	3	4	5	6
12.	В общем, я часто чувствую уверенность и положительное отношение к себе	1	2	3	4	5	6
13.	Я часто чувствую себя одиноким из-за того, что у меня мало близких друзей, с которыми можно поделиться своими переживаниями	1	2	3	4	5	6
14.	Обычно на мои решения не влияет то, что делают окружающие	1	2	3	4	5	6
15.	Я не очень хорошо соответствую людям, окружающим меня, и обществу	1	2	3	4	5	6
16.	Я отношусь к числу людей, которые открыты для всего нового	1	2	3	4	5	6
17.	Я стараюсь сосредоточиться на настоящем, так как будущее почти постоянно приносит мне проблемы	1	2	3	4	5	6
18.	Мне кажется, что многие из людей, которых я знаю, получили от жизни больше, чем я	1	2	3	4	5	6
19.	Я испытываю удовольствие от общения с членами семьи или друзьями	1	2	3	4	5	6
20.	Я склонен беспокоиться о том, что окружающие думают обо мне	1	2	3	4	5	6
21.	Я довольно хорошо справляюсь с большей частью ежедневных обязанностей	1	2	3	4	5	6
22.	Я не хочу делать что-либо по-новому, в моей жизни меня все	1	2	3	4	5	6
23.	У меня есть чувство направленности, цели в жизни	1	2	3	4	5	6
24.	Была бы возможность, я бы	1	2	3	4	5	6

	многое в себе изменил						
25.	Для меня важно быть хорошим слушателем, когда мои друзья рассказывают мне о своих проблемах	1	2	3	4	5	6
26.	Быть довольным самим собой важнее, чем получать одобрение окружающих	1	2	3	4	5	6
27.	Я часто чувствую себя заваленным различными обязанностями	1	2	3	4	5	6
28.	Я думаю, что важно переживать новый опыт, который бросает вызов моему мнению о себе и о мире	1	2	3	4	5	6
29.	Моя ежедневная деятельность кажется мне банальной и несущественной	1	2	3	4	5	6
30.	Мне нравится большая часть моих качеств	1	2	3	4	5	6
31.	Я знаю немногих людей, желающих выслушать, когда мне нужно с кем-то поговорить.	1	2	3	4	5	6
32.	Я склонен поддаваться влиянию людей с твердыми убеждениями	1	2	3	4	5	6
33.	Если бы я был недоволен своей жизненной ситуацией, я бы предпринял эффективные шаги, чтобы ее изменить	1	2	3	4	5	6
34.	Если подумать, я не достиг большего как личность за последние несколько лет	1	2	3	4	5	6
35.	Я не имею четкого осознания того, чего я пытаюсь достичь в жизни	1	2	3	4	5	6
36.	В прошлом я совершил несколько ошибок, но я считаю, что в целом все вышло благополучно	1	2	3	4	5	6
37.	Я думаю, что получаю много от своих друзей	1	2	3	4	5	6
38.	Люди редко убеждают меня делать то, что я не хочу делать	1	2	3	4	5	6
39.	Обычно я хорошо забочусь о своих личных финансах и делах	1	2	3	4	5	6
40.	С моей точки зрения, люди любого возраста способны продолжать дальнейший личностный рост и развитие	1	2	3	4	5	6
41.	Я привык ставить перед собой цели, но сейчас это кажется пустой тратой времени	1	2	3	4	5	6

42.	Во многих отношениях я чувствую разочарование относительно моих достижений в жизни	1	2	3	4	5	6
43.	Мне кажется, что у большинства окружающих людей больше друзей, чем у меня.	1	2	3	4	5	6
44.	Для меня важнее приспособиться к другим, чем остаться одному со своими принципами	1	2	3	4	5	6
45.	Я испытываю стресс из-за того, что не могу справиться со всеми делами, которые я вынужден делать каждый день	1	2	3	4	5	6
46.	Со временем я обрел большее понимание в жизни, что сделало меня более сильным и способным человеком	1	2	3	4	5	6
47.	Мне доставляет удовольствие строить планы на будущее и работать над их воплощением в жизнь	1	2	3	4	5	6
48.	По большей части я горжусь тем, кто я есть, и жизнью, которой я живу	1	2	3	4	5	6
49.	Люди назвали бы меня человеком, готовым уделять время другим	1	2	3	4	5	6
50.	Я уверен в своем мнении, даже если оно противоречит общему мнению.	1	2	3	4	5	6
51.	Мне хорошо удастся распределить свое время так, чтобы я мог справляться со всем, что должно быть сделано	1	2	3	4	5	6
52.	Мне кажется, что я стал значительно более развитым как личность с течением времени	1	2	3	4	5	6
53.	Я – человек, активно выполняющий намеченные мною планы	1	2	3	4	5	6
54.	Я завидую тому, как живут многие люди	1	2	3	4	5	6
55.	У меня никогда не было достаточно теплых и доверительных отношений с другими	1	2	3	4	5	6
56.	Мне сложно высказывать свое мнение по спорным вопросам	1	2	3	4	5	6
57.	Каждый мой день расписан, но я получаю чувство удовлетворения от того, что	1	2	3	4	5	6

	со всем справляюсь						
58.	Мне не нравится оказываться в новых ситуациях, которые требуют от меня изменения старого доброго способа действий	1	2	3	4	5	6
59.	Некоторые люди бесцельно блуждают по жизни, но я не отношусь к таким людям.	1	2	3	4	5	6
60.	Мое отношение к себе, вероятно, не такое положительное, какое испытывают к себе большинство людей	1	2	3	4	5	6
61.	Я часто чувствую, что остаюсь в стороне, когда дело доходит до дружбы	1	2	3	4	5	6
62.	Я часто меняю свои решения, если мои друзья или члены семьи не согласны с ним	1	2	3	4	5	6
63.	Я испытываю напряжение, когда пытаюсь распланировать свои действия, так как я никогда не выполняю до конца все, что запланировал.	1	2	3	4	5	6
64.	Для меня жизнь – это непрерывный процесс обучения, перемен и роста	1	2	3	4	5	6
65.	Иногда мне кажется, что я сделал все, что нужно было в моей жизни.	1	2	3	4	5	6
66.	Много дней я просыпаюсь удрученный мыслями о том, как прожил свою жизнь	1	2	3	4	5	6
67.	Я знаю, что могу доверять моим друзьям, а они знают, что могут доверять мне	1	2	3	4	5	6
68.	Я не отношусь к людям, которые поддаются социальному давлению думать или поступать определенным образом.	1	2	3	4	5	6
69.	Мои попытки найти вид деятельности и взаимоотношения, подходящие для меня, были весьма успешными	1	2	3	4	5	6
70.	Мне доставляет удовольствие видеть, как мои взгляды меняются и «взрелеют» с годами	1	2	3	4	5	6
71.	Мои цели в жизни являются для меня больше источником удовлетворения, чем разочарования	1	2	3	4	5	6
72.	В прошлом были взлеты и падения, но в целом я бы не	1	2	3	4	5	6

	хотел ничего менять						
73.	Мне сложно по-настоящему открыться, когда я общаюсь с окружающими	1	2	3	4	5	6
74.	Меня заботит то, как люди оценивают выборы, сделанные мною в жизни	1	2	3	4	5	6
75.	Мне сложно распланировать свою жизнь таким образом, чтобы меня это устроило	1	2	3	4	5	6
76.	Я давным-давно перестал пытаться изменить что-нибудь в своей жизни	1	2	3	4	5	6
77.	Мне приятно думать о том, чего я достиг в жизни	1	2	3	4	5	6
78.	Когда я сравниваю себя с друзьями и знакомыми, я испытываю приятные чувства от того, кем я являюсь	1	2	3	4	5	6
79.	Мои друзья и я сопереживаем проблемам друг друга	1	2	3	4	5	6
80.	Я сужу о себе по тому, что считаю важным, а не по ценностям, которые считают важными окружающие	1	2	3	4	5	6
81.	Я сумел создать свой собственный дом и образ жизни, которые наиболее соответствуют моим предпочтениям	1	2	3	4	5	6
82.	Правильно говорят, что старого пса новым трюкам не научишь	1	2	3	4	5	6
83.	В конечном итоге я могу с уверенностью сказать, что моя жизнь не много стоит	1	2	3	4	5	6
84.	У всех есть свои недостатки, но, кажется, у меня их более чем достаточно	1	2	3	4	5	6

### Распределение вопросов по шкалам опросника

№ п/п	Наименование шкалы	Номера утверждений	
		прямые	Обратные
1	Положительные отношения с другими	1, 19, 25, 37, 49, 67, 79	7, 13, 31, 43, 55, 61, 73
2	Автономия	8, 14, 26, 38, 50, 68, 80	2, 20, 32, 44, 56, 62, 74
3	Управление окружением	3, 21, 33, 39, 51, 57, 69, 81	9, 15, 27, 45, 63, 75
4	Личностный рост	10, 6, 28, 40, 46, 52, 64, 70	4, 22, 34, 58, 76, 82
5	Цель в жизни	5, 23, 47, 53, 59, 71, 77	11, 17, 29, 35, 41, 65, 83

6	Самопринятие	6, 12, 30, 36, 48, 72, 78	18, 24, 42, 54, 60, 66, 84
---	--------------	---------------------------	----------------------------

### Интерпретация результатов

Уровень	Позитивные отношения	Автономия	Управление средой	Личностный рост	Цели в жизни	Самопринятие	Психологическое благополучие
низкий	< 53	< 48	< 51	< 53	< 54	< 49	< 315
средний	53-74	48-62	51-71	53-71	54-75	49-71	315-413
высокий	75-84	63-84	72-84	72-84	76-84	72-84	414-504

**Шкала субъективного благополучия (автор французский психолог А. Перуэ-Бадю. Русскоязычная адаптация методики выполнена М. В. Соколовой).**

**Назначение теста**

Шкала субъективного благополучия представляет собой скрининговый психодиагностический инструмент для измерения эмоционального компонента

**Инструкция к тесту**

Укажите, пожалуйста, в какой мере вы согласны или не согласны с приведенными ниже высказываниями, используя для этого следующую шкалу:

- 1 – полностью согласен;
- 2 – согласен;
- 3 – более или менее согласен;
- 4 – затрудняюсь ответить;
- 5 – более или менее не согласен;
- 6 – не согласен;
- 7 – полностью не согласен.

**Тестовый материал**

1. В последнее время я был в хорошем настроении.
2. Моя работа давит на меня.
3. Если у меня есть проблемы, я могу обратиться к кому-нибудь.
4. В последнее время я хорошо сплю.
5. Я редко скучаю в процессе своей повседневной деятельности.
6. Я часто чувствую себя одиноким.
7. Я чувствую себя здоровым и бодрым.
8. Я испытываю большое удовольствие, находясь вместе с семьей или друзьями.



9. Иногда я становлюсь беспокойным по неизвестной причине.
10. Утром мне трудно вставать и работать.
11. Я смотрю в будущее с оптимизмом.
12. Я охотно меньше просил бы других о чем-либо.
13. Мне нравится моя повседневная деятельность.
14. В последнее время я чрезмерно реагирую на незначительные препятствия и неудачи.
15. В последнее время я чувствую себя в прекрасной форме.
16. Я все больше ощущаю потребность в уединении.
17. В последнее время я был очень рассеян.

### Ключ к тесту

«Прямые» пункты (номер выбранного ответа прямо соответствует получаемому баллу) – № 1, 3, 4, 5, 7, 8, 11, 13, 15.

#### Оценивание «прямых» пунктов

Номер ответа испытуемого на пункт	1	2	3	4	5	6	7
Присваиваемый номеру балл	1	2	3	4	5	6	7

#### Оценивание «обратных» пунктов

Номер ответа испытуемого на пункт	1	2	3	4	5	6	7
Присваиваемый номеру балл	7	6	5	4	3	2	1

«Обратные» пункты (приписывание баллов номерам ответов носит обратный характер) – № 2, 6, 9, 10, 12, 14, 16, 17.

Итоговый балл испытуемого по тесту равен сумме баллов по «прямым» и «обратным» пунктам.

## Обработка и интерпретация результатов теста

Шкала состоит из 17 пунктов, содержание которых связано с *эмоциональным состоянием, социальным положением* и некоторыми *физическими симптомами*. В соответствии с содержанием пункты делятся на шесть кластеров:

1. Напряженность и чувствительность (2, 12, 16).
2. Признаки, сопровождающие основную психоэмоциональную симптоматику (9, 14, 17).
3. Изменения настроения (1, 11).
4. Значимость социального окружения (3, 6, 8).
5. Самооценка здоровья (7, 15).
6. Степень удовлетворенности повседневной деятельностью (5, 10, 13).

Средний балл по тесту, переведенный в стандартную оценку по шкале стенов (среднее значение – 5,5, стандартное отклонение – 2), является основанием для интерпретации результатов теста.

*Таблица перевода «сырых» баллов в стандартные оценки*

«Сырой» балл	Стены	«Сырой» балл	Стены	«Сырой» балл	Стены
25	1	52	4	77	7
26	1	53	4	78	8
27	1	54	4	79	8
28	1	55	4	80	8
29	1	56	5	81	8
30	1	57	5	82	8
31	1	58	5	83	8
32	1	59	5	84	8
33	1	60	5	85	8
34	2	61	5	86	9
35	2	62	5	87	9
36	2	63	6	88	9
37	2	64	6	89	9
38	2	65	6	90	9
39	2	66	6	91	9
40	2	67	6	92	9
41	3	68	6	93	10
44	3	69	6	94	10

<b>45</b>	3	<b>70</b>	6	<b>95</b>	10
<b>46</b>	3	<b>71</b>	7	<b>96</b>	10
<b>47</b>	3	<b>72</b>	7	<b>97</b>	10
<b>48</b>	3	<b>73</b>	7	<b>98</b>	10
<b>49</b>	4	<b>74</b>	7	<b>99</b>	10
<b>50</b>	4	<b>75</b>	7	<b>100</b>	10
<b>51</b>	4	<b>76</b>	7		

ТАБЛИЦА ПЕРЕВОДА «СЫРЫХ» БАЛЛОВ В СТАНДАРТНЫЕ ОЦЕНКИ

«Сырой» балл	Стены	«Сырой» балл	Стены
25-33	1	63-70	6
34-40	2	71 -77	7
41 -48	3	78-85	8
49-55	4	86-92	9
56-62	5	93 - 100	10

Средние оценки (**4-7 стенов**) свидетельствуют о низкой выраженности качества: лица с такими оценками характеризуются умеренным субъективным благополучием, серьезные проблемы у них отсутствуют, но и полном эмоциональном комфорте говорить нельзя.

Оценки, отклоняющиеся в сторону субъективного неблагополучия (**8-9 стенов**), характерны для людей, склонных к депрессии и тревогам, пессимистичных, замкнутых, зависимых, плохо переносящих стрессовые ситуации.

10 Крайне высокие оценки (**10 стенов**) свидетельствуют о значительно выраженном эмоциональном дискомфорте. У лиц с такими оценками возможно наличие комплекса неполноценности, они скорее всего, не удовлетворены собой и своим положением, лишены доверия к окружающим и надежды на будущее, испытывают трудности в контроле своих эмоций, неуравновешены, негибки, постоянно беспокоятся по поводу реальных и воображаемых неприятностей.

Оценки отклоняющиеся в сторону субъективного благополучия (**2-3 стена**) говорят об умеренном эмоциональном комфорте испытуемого: он не испытывает серьезных эмоциональных проблем, достаточно уверен в себе, активен, успешно взаимодействует с окружающими, адекватно управляет своим поведением.

Крайне низкие оценки по шкале СБ (**1 стен**) свидетельствуют о полном

эмоциональном благополучии испытуемого и отрицании им серьезных психологических проблем. Такой человек, скорее всего, обладает позитивной самооценкой, не склонен высказывать жалобы на различные недомогания, оптимистичен, общителен, уверен в своих способностях, эффективно действует в условиях стресса, не склонен к тревогам.

Методика «Шкала удовлетворенности жизнью» (SWLS) автор Э.Динер

1.Моя жизнь близка к идеалу в большинстве своем.

- ☐ 1 — полностью не согласен
- ☐ 2 — не согласен
- ☐ 3 — немного не согласен
- ☐ 4 — ни то, ни другое (ни согласен, ни не согласен)
- ☐ 5 — немного согласен
- ☐ 6 — согласен
- ☐ 7 — полностью согласен

2.Условия моей жизни превосходные.

- ☐ 1 — полностью не согласен
- ☐ 2 — не согласен
- ☐ 3 — немного не согласен
- ☐ 4 — ни то, ни другое (ни согласен, ни не согласен)
- ☐ 5 — немного согласен
- ☐ 6 — согласен
- ☐ 7 — полностью согласен

3.Я удовлетворен(а) своей жизнью.

- ☐ 1 — полностью не согласен
- ☐ 2 — не согласен
- ☐ 3 — немного не согласен
- ☐ 4 — ни то, ни другое (ни согласен, ни не согласен)
- ☐ 5 — немного согласен
- ☐ 6 — согласен
- ☐ 7 — полностью согласен

4.На данный момент я получил(а) все важные вещи, которые хотел(а).

- ☐ 1 — полностью не согласен
- ☐ 2 — не согласен
- ☐ 3 — немного не согласен
- ☐ 4 — ни то, ни другое (ни согласен, ни не согласен)
- ☐ 5 — немного согласен
- ☐ 6 — согласен
- ☐ 7 — полностью согласен

5. Если бы я можно было прожить свою жизнь заново, я бы почти ничего в ней не изменил(а).

- ☐ 1 — полностью не согласен
- ☐ 2 — не согласен
- ☐ 3 — немного не согласен
- ☐ 4 — ни то, ни другое (ни согласен, ни не согласен)
- ☐ 5 — немного согласен
- ☐ 6 — согласен
- ☐ 7 — полностью согласен

### Интерпретация

Совершенно не согласен	1 балл
Не согласен	2 балла
Немного не согласен	3 балла
Неопределенно (и согласен, и не согласен)	4 балла
Немного согласен	5 баллов
Согласен	6 баллов
Совершенно согласен	7 баллов

Полученные баллы по всем пунктам суммируются. Таким образом, минимальный возможный балл по шкале - 7, максимальный - 35 баллов.

## Приложение Г

### Симптомокомплексы теста ДДЧ

СИМПТОМОКОМПЛЕКС	СИМПТОМ
------------------	---------

Незащищенность	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Рисунок в самом центре листа</li> <li>2. Рисунок в верхнем углу листа</li> <li>3. Дом, дерево - с самого края</li> <li>4. Рисунок внизу листа</li> <li>5. Много второстепенных деталей</li> <li>6. Дерево на горе</li> <li>7. Очень подчеркнутые корни</li> <li>8. Непропорционально длинные руки</li> <li>9. Широко расставленные ноги</li> <li>10. Другие возможные признаки</li> </ol>
Тревожность (страх)	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Облака</li> <li>2. Выделение отдельных деталей</li> <li>3. Ограничение пространства</li> <li>4. Штриховка</li> <li>5. Линия с сильным нажимом</li> <li>6. Много стирания</li> <li>7. Мертвое дерево, больной человек</li> <li>8. Подчеркнутая линия основания</li> <li>9. Толстая линия фундамента дома</li> <li>10. Интенсивно затушеванные волосы</li> <li>11. Другие возможные признаки</li> </ol>
Недоверие к себе	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Очень слабая линия рисунка</li> <li>2. Дом с края листа</li> <li>3. Слабая линия ствола</li> <li>4. Одномерное дерево</li> <li>5. Очень маленькая дверь</li> <li>6. Самооправдывающие оговорки во время рисования, прикрывание рисунка рукой</li> <li>7. Другие возможные признаки</li> </ol>
Чувство неполноценности	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Рисунок очень маленький</li> </ol>



	<ul style="list-style-type: none"> <li>2. Отсутствуют руки, ноги</li> <li>3. Руки за спиной</li> <li>4. Непропорционально короткие руки</li> <li>5. Непропорционально узкие плечи</li> <li>6. Непропорционально большая система веток</li> <li>7. Непропорционально крупные двумерные листья</li> <li>8. Дерево, умершее от гниения</li> <li>9. Другие возможные признаки</li> </ul>
Враждебность	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Отсутствие окон</li> <li>2. Дверь – замочная скважина</li> <li>3. Очень большое дерево</li> <li>4. Дерево с края листа</li> <li>5. Обратный профиль дерева, человека</li> <li>6. Ветки двух измерений, как пальцы</li> <li>7. Глаза – пустые глазницы</li> <li>8. Длинные острые пальцы</li> <li>9. Оскал, видны зубы</li> <li>10. Агрессивная позиция человека</li> <li>11. Другие возможные признаки</li> </ul>
Конфликтность (фрустрация)	<ul style="list-style-type: none"> <li>1. Ограничение пространства</li> <li>2. Перспектива снизу, (взгляд червя)</li> <li>3. Перерисовывание объекта</li> <li>4. Отказ рисовать какой-нибудь объект</li> <li>5. Дерево как два дерева</li> <li>6. Явное несоответствие качества одного рисунка из рисунков</li> <li>7. Противоречивость рисунка и высказывания</li> <li>8. Подчеркнутая талия</li> <li>9. Отсутствие трубы на крыше</li> <li>10. Другие возможные признаки</li> </ul>

Трудности общения	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Отсутствие двери</li> <li>2. Очень маленькая дверь</li> <li>3. Отсутствие окон</li> <li>4. Окна – отверстия без рам</li> <li>5. Излишне закрытые окна</li> <li>6. Выделенное лицо</li> <li>7. Лицо нарисовано последним</li> <li>8. Отсутствие основных деталей лица</li> <li>9. Человек нарисован схематично, из палочек</li> <li>10. Дверь без ручки</li> <li>11. Дом, человек в профиль</li> <li>12. Руки в оборонительной позиции</li> <li>13. Высказывания о нарисованном человеке как об одиноком, без друзей</li> <li>14. Другие возможные признаки</li> </ol>
Депрессивность	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Помещение рисунка в самый низ листа</li> <li>2. Вид дерева или дома сверху</li> <li>3. Линия основания, идущая вниз</li> <li>4. Линия, слабеющая в процессе рисования</li> <li>5. Сильная усталость после рисования</li> <li>6. Очень маленькие рисунки</li> <li>7. Другие возможные признаки</li> </ol>